Jurnal Studi Islam Indonesia (JSII)
P-ISSN: 2987-8977| E-ISSN: 2987-8985
Vol. 3 No. 2 (2025) pp. 233-250
Available online at https://ejournal.lapad.id/index.php/jsii

Perspektif Psikologi Islam tentang Perilaku Bullying: Analisis Literatur

Rahma Suryani[1], Jeri Candra[2], Khairunnas Rajab[3], Vivik Shofiah[4]
[1,2,3,4] Universitas Islam Negeri Syarif Kasim Riau, Pekanbaru, Indonesia
Email Korespondensi: rahmasuryani216@gmail.com[1] jericandrasatriawan@gmail.com[2] khairunnasrajab@gmail.com [3] vivik.shofiah@uin-suska.ac.id [4]

ARTICLE INFO

Article history
Received: 02-10-2025
Revised: 01-12-2025
Accepted: 01-12-2025
DOI: https://doi.org/10.61930/jsii.v3i2

Kata Kunci
Bullying, Deviation Social, Psychological Perspective

ABSTRAK

Fenomena *bullying* saat ini menjadi salah satu bentuk deviasi sosial yang kian marak terjadi, baik di lingkungan pendidikan, pertemanan, maupun media sosial. Perilaku ini tidak hanya merusak hubungan antar individu, tetapi juga mengganggu tatanan kehidupan masyarakat secara luas. Melalui metode penelitian *library research*, kajian ini menelaah teori-teori psikologi modern seperti teori belajar sosial dan psikoanalisis serta landasan normatif dalam al-qur'an dan hadis. Hasil kajian menunjukkan bahwa *bullying* merupakan perilaku agresif yang disengaja, dilakukan berulang, dan melibatkan ketidakseimbangan kekuasaan antara pelaku dan korban. Dalam islam, *bullying* dipandang sebagai bentuk kezaliman yang bertentangan dengan prinsip akhlak mulia dan larangan merendahkan martabat sesama. Faktor penyebab *bullyin*g mencakup karakter individu, pola asuh keluarga, pengaruh media, teman sebaya, serta perbedaan status sosial. Dampaknya meliputi gangguan psikologis, sosial, dan akademik, baik bagi korban maupun pelaku. Pencegahan dan penanggulangan dapat dilakukan melalui pendidikan kesehatan, komunikasi keluarga, pembentukan budaya anti-*bullying* di sekolah, intervensi psikologis seperti *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT), serta kebijakan represif yang tegas. Kajian ini menegaskan pentingnya sinergi pendekatan psikologi dan nilai spiritual Islam dalam membangun strategi komprehensif untuk meminimalisasi praktik *bullying*.

Keywords
Bullying, Deviation, Psychological Perspective.

ABSTRACT

The phenomenon of bullying is currently one of the most prevalent forms of social deviance, occurring in educational settings, among friends, and on social media. This behaviour not only damages relationships between individuals, but also disrupts the wider social order. Through library research, this study examines modern psychological theories such as social learning theory and psychoanalysis, as well as normative foundations in the Qur'an and hadith. The results of the study show that bullying is intentional aggressive behaviour, carried out repeatedly, and involves an imbalance of power between the perpetrator and the victim. In Islam, bullying is seen as a form of injustice that contradicts the principles of noble character and the prohibition of degrading others. The factors that cause bullying include individual character, family upbringing, media influence, peers, and social status differences. The

impacts include psychological, social, and academic disturbances, both for the victim and the perpetrator. Prevention and mitigation can be achieved through health education, family communication, the establishment of an anti-bullying culture in schools, psychological interventions such as Cognitive Behaviour Therapy (CBT), and strict repressive policies. This study emphasises the importance of synergising psychological approaches and Islamic spiritual values in developing comprehensive strategies to minimise bullying practices.

PENDAHULUAN

Deviasi sosial dipahami sebagai perilaku yang menyimpang dari norma serta aturan yang berlaku dalam masyarakat, sehingga berpotensi mengganggu keteraturan sosial (Ihsan dkk, 2024). Deviasi sosial terjadi akibat gangguan mental, ketika individu bertindak di luar batas untuk memperoleh kepuasan atau sebagai pelarian emosional tanpa mempertimbangkan dampaknya (Adam, 2025). Salah satu bentuk deviasi sosial yang semakin mendapat perhatian dalam kajian psikologi modern maupun studi keislaman yaitu *bullying*.

Berdasarkan data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) dan Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) mencatat adanya peningkatan kasus secara signifikan dari tahun ke tahun. Pada 2020 tercatat 119 kasus, kemudian meningkat menjadi 53 kasus pada 2021, melonjak tajam menjadi 266 kasus pada 2022, dan pada 2023 mencapai 1.478 kasus (KBR, 2023). Tahun 2024, angka kasus *bullying* meningkat cukup tajam. JPPI melaporkan ada 573 kasus kekerasan di sekolah sepanjang tahun, atau lebih dari dua kali lipat dibanding tahun 2023 (KBR, 2024). Dari total kasus tersebut, sekitar 31% berupa perundungan (*bullying*), sementara bentuk kekerasan lain berupa kekerasan seksual 42%, fisik 10%, psikis 11%, dan kebijakan sekolah yang menekan 6% (Mojo co, 2025).

Fenomena *bullying* di Indonesia tidak hanya terjadi di lingkungan sekolah, tetapi juga merambah ke dunia pendidikan tinggi, termasuk pada Program Pendidikan Dokter Spesialis (PPDS). Berdasarkan laporan Kementerian Kesehatan (Kemenkes) hingga Maret 2025, tercatat 2.621 laporan masuk terkait berbagai bentuk permasalahan di lingkungan PPDS. Dari jumlah tersebut, terdapat 620 laporan yang dikategorikan sebagai kasus perundungan. Lebih lanjut, Kemenkes merinci bahwa 363 kasus terjadi di Rumah Sakit Vertikal milik Kemenkes, sementara 257 kasus lainnya terjadi di luar Rumah Sakit Vertikal (IDN Times, 2025).

Fakta ini menunjukkan bahwa *bullying* bukan sekadar perilaku menyimpang di sekolah atau lingkungan sosial, melainkan masalah serius yang mengancam kesehatan mental, perkembangan sosial, serta masa depan generasi muda. B*ullying* tidak hanya berdampak pada kesehatan psikologis korban, tetapi juga menimbulkan kerusakan relasi sosial, penurunan kualitas pendidikan, serta degradasi moral di masyarakat. Fenomena ini sering muncul dalam bentuk kekerasan verbal, fisik, maupun psikologis, yang secara nyata menunjukkan perilaku menyimpang dari nilai kemanusiaan.

Dalam perspektif psikologi, *bullying* dikategorikan sebagai perilaku agresif yang disengaja, dilakukan berulang, serta melibatkan ketidakseimbangan kekuasaan antara pelaku dan korban. Faktor-faktor yang mendorong terjadinya *bullying* antara lain kepribadian, pola asuh, kondisi lingkungan, hingga pengaruh kelompok sebaya. Sementara dalam perspektif Islam, perilaku tersebut termasuk dalam bentuk kezhaliman (*zulm*), pelanggaran terhadap prinsip akhlak, serta bertentangan dengan ajaran kasih sayang (*rahmah*) yang ditekankan dalam Al-Qur'an maupun hadis (Khasanah, et.al, 2022). Oleh karena itu, fenomena *bullying* sebagai deviasi sosial tidak hanya penting dipahami dalam kerangka teori psikologi Barat, tetapi juga relevan dikaji dalam perspektif psikologi Islam yang berakar pada nilai-nilai spiritual dan moral. Berdasarkan uraian di atas, artikel ilmiah ini disusun untuk meninjau literatur terkait *bullying* sebagai deviasi sosial dengan menekankan perspektif psikologi Islam. Kajian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memperluas khazanah keilmuan sekaligus menjadi pijakan dalam upaya pencegahan dan penanggulangan *bullying* yang lebih komprehensif, baik dari aspek psikologis maupun spiritual.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam artikel ini adalah penelitian kepustakaan (*library research*), yang mengacu pada pemanfaatan sumber-sumber tertulis seperti buku, jurnal, artikel, serta rujukan normatif al-qur'an untuk memperoleh informasi yang relevan dengan topik kajian. Studi literatur mencakup penelaahan terhadap teori dan hasil penelitian terdahulu yang sesuai dengan nilai, norma, serta budaya

yang berkembang pada situasi sosial yang menjadi fokus penelitian (Sugiyono, 2013).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pengertian Bullying

Bullying menjadi salah satu bentuk perilaku yang menyimpang dari norma yang berlaku dalam kehidupan bermasyarakat. Perilaku ini dapat diartikan sebagai tindakan yang melanggar aturan atau kesepakatan sosial yang telah ditetapkan bersama dalam suatu tatanan sosial. Dalam kehidupan masyarakat, bentuk penyimpangan seperti *bullying* memiliki variasi dan tingkat yang berbeda-beda, sehingga kerap memunculkan perbedaan pandangan maupun perdebatan di kalangan anggotanya. Saat ini, *bullying* menjadi salah satu penyimpangan sosial yang banyak terjadi.

Bullying adalah perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja untuk menimbulkan ketidaknyamanan, baik secara fisik maupun psikologis, terhadap orang lain. Dengan kata lain, *bullying* merupakan bentuk penindasan yang dilakukan seseorang terhadap individu lain. Perilaku ini muncul dari faktor eksternal, tetapi memiliki pengaruh besar terhadap perkembangan kepribadian serta kesehatan mental, baik pada pelaku maupun korban (Lusiana & Arifin, 2022). *Bullying* merupakan perilaku perundungan yang dilakukan seseorang terhadap orang lain, baik secara verbal maupun fisik. Tindakan ini dapat meliputi penghinaan, kekerasan, atau pemaksaan, dan biasanya ditujukan berulang kepada korban tertentu, misalnya karena perbedaan ras, agama, gender, orientasi seksual, atau kemampuan (Saefulloh, 2020).

2. *Bullying* dalam Berbagai Aspek Tinjauan *(theory)*

Dalam kajian psikologi modern, perilaku *bullying* dipandang sebagai bentuk agresi yang berulang, disengaja, serta dilakukan dengan adanya ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korban.

Pendekatan teori belajar sosial *(social learning theory)* perilaku manusia banyak dipelajari melalui proses observasi dan imitasi. Proses belajar melalui

pengamatan terhadap perilaku orang lain merupakan salah satu bentuk pembelajaran sosial yang dikemukakan oleh Bandura. Dengan mengamati tindakan orang lain, individu dapat memperoleh pengetahuan dan pemahaman baru tanpa harus melakukan tindakan secara langsung (Putu & Kusumaningsih, 2023). Individu cenderung meniru perilaku agresif yang diamati dari lingkungan sosialnya, baik dari keluarga, teman sebaya, maupun media. Misalnya, anak yang terbiasa melihat kekerasan dalam keluarga atau tontonan media dapat menginternalisasi perilaku tersebut dan menirunya dalam interaksi sosial.

Pendekatan teori psikoanalisis menjelaskan bahwa perilaku agresif berakar pada ketidakseimbangan struktur kepribadian, yaitu id, ego, dan superego. Id selalu menuntut pemenuhan tanpa mempertimbangkan aturan atau norma sosial. Sementara itu, ego berperan sebagai pengendali yang menyalurkan dorongan id agar sesuai dengan realitas, sedangkan superego menjadi pengawas moral yang mengingatkan individu tentang benar dan salah. Apabila ego dan superego berfungsi dengan baik, dorongan agresif dari id dapat dikendalikan atau disalurkan ke arah yang positif. Namun, ketika ego dan superego lemah, dorongan agresif tersebut dapat muncul secara bebas dan menimbulkan perilaku yang merugikan orang lain. Dalam konteks *bullying*, kondisi ini tampak ketika pelaku tidak mampu menahan dorongan agresinya, sehingga perilaku menyakiti orang lain menjadi cara untuk menyalurkan ketegangan dalam dirinya.

Teori Identitas Sosial, menurut Tajfel & Turner (1979), identitas seseorang tidak hanya dibentuk oleh diri pribadi (*personal identity*), tetapi juga oleh keanggotaannya dalam kelompok sosial (*social identity*). Manusia cenderung membagi dunia menjadi "kelompok kita" (*in-group*) dan "kelompok mereka" (*out-group*), Untuk meningkatkan harga diri, seseorang sering kali berusaha meninggikan kelompoknya dengan cara merendahkan kelompok lain. Dengan demikian, perilaku *bullying* dapat dipahami sebagai bentuk manifestasi dari kebutuhan individu untuk memperkuat identitas sosialnya melalui pengakuan dan superioritas terhadap kelompok lain yang dianggap lemah atau berbeda.

Dalam perspektif islam, *bullying* bertentangan dengan ajaran islam tentang akhlak dan ukhuwah. Islam mengajarkan agar umat saling menghormati, menjaga

kehormatan, dan mempererat persaudaraan (Nur Khasanah, et.al, 2023). *Bullying* justru merendahkan, menghina, bahkan menyakiti orang lain baik fisik maupun psikologis. Hal ini sangat bertentangan dengan fitrah insaniah, islam mengajarkan berlemah lembut dengan sesama manusia, bahkan kepada hewan saja kita di ajarkan untuk berbuat baik dan haram menyakitinya apalagi menzaliminya, jika dengan hewan saja mendapatkan perlakuan yang amat baik dan lembut dalam islam, apalagi kepada manusia, *bullying* dipandang sebagai bentuk kezaliman (*zulum*) yang dilarang keras. Hal ini terdapat dalam Al-Qur'an (QS. Al-Hujurat: 11)

يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ عَسٰٓى اَنْ يَّكُوْنُوْا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاۤءٌ مِّنْ نِّسَاۤءٍ عَسٰٓى اَنْ يَّكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّۚ وَلَا تَلْمِزُوْٓا اَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوْا بِالْاَلْقَابِۗ بِئْسَ الِاسْمُ الْفُسُوْقُ بَعْدَ الْاِيْمَانِۚ وَمَنْ لَّمْ يَتُبْ فَاُولٰۤىِٕكَ هُمُ الظّٰلِمُوْنَ ۝١١

"Wahai orang-orang yang beriman, janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain (karena) boleh jadi mereka (yang diolok-olokkan itu) lebih baik daripada mereka (yang mengolok-olok) dan jangan pula perempuan-perempuan (mengolok-olok) perempuan lain (karena) boleh jadi perempuan (yang diolok-olok itu) lebih baik daripada perempuan (yang mengolok-olok). Janganlah kamu saling mencela dan saling memanggil dengan julukan yang buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) fasik setelah beriman. Siapa yang tidak bertobat, mereka itulah orang-orang zalim."

Dari ayat di atas dapat kita tadabburi bahwa Allah melarang orang beriman untuk tidak menghina, mengejek, atau merendahkan orang lain, baik terhadap laki-laki maupun Perempuan, karna bisa jadi orang yang diejek itu lebih mulia di sisi Allah ketimbang orang yang mengejek. Allah juga melarang kita saling mencela, saling menghina, atau memanggil orang dengan julukan yang buruk, ini merupakan perbuatan yang tidak disukai allah yang sangat tercela dan merupakan kezaliman. Dalam sabdanya, Rasul SAW memperingatkan ummatnya agar tidak saling membuli orang lain seperti dalam hadist berikut:

بِحَسْبِ امْرِئٍ مِنَ الشَّرِّ أَنْ يَحْقِرَ أَخَاهُ الْمُسْلِمَ

"Cukuplah seseorang dianggap berbuat jahat bila ia merendahkan saudaranya sesama Muslim." (HR. Muslim, no. 2564).

Hadist ini menunjukkan bahwa merendahkan atau menghina (termasuk mengejek/*bullying*) adalah perbuatan tercela. Islam menganjurkan kasih sayang, bukan perundungan dalam redaksi yang lain Rasullah SAW juga bersabda:

ٱلْمُسْلِمُ مَنْ سَلِمَ ٱلْمُسْلِمُونَ مِنْ لِسَانِهِ وَيَدِهِ

"Seorang Muslim adalah yang kaum Muslimin selamat dari lisan dan tangannya." (HR. Bukhari no. 10, Muslim no. 40)

Jelas sekali bahwa rasul pun membenci perilaku *bullying* baik dalam bentuk tindakan maupun ucapan. Dalam beberapa dalil di atas dapat kita tarik *keyword* sebagai berikut:

- *Zulm* (kezaliman) menempatkan sesuatu tidak pada tempatnya dengan menyakiti orang lain.
- *Sukhriyah* (ejekan**)** meremehkan orang lain.
- *Tanaabuz bil-alqaab* (memanggil dengan gelar buruk) memberi julukan yang menyakitkan.
- *Ihtiqaar* (merendahkan) menganggap orang lain hina.

Semua itu dilarang keras dalam Islam karena bertentangan dengan prinsip keadilan, kasih sayang, dan penghormatan terhadap sesama.

3. Jenis Perilaku *Bullying*

Menurut Coloroso (dalam Aidar, 2023) *bullying* terdapat 4 macam yaitu: *Verbal Bullying* (Perkataan): Perundungan ini menggunakan kata-kata untuk menyakiti atau merendahkan orang lain. Bentuknya dapat berupa ejekan, hinaan, julukan buruk, ancaman, atau komentar yang mempermalukan. *Social Bullying* (Intimidasi Sosial)*:* Yaitu bentuk *bullying* yang dilakukan dengan cara merusak hubungan sosial, pertemanan, atau reputasi seseorang. Tujuannya membuat korban terisolasi, ditolak, atau kehilangan dukungan dari lingkungannya. *Physical Intimidation* (Intimidasi fisik)*:* Intimidasi fisik adalah bentuk *bullying* yang dilakukan dengan kekerasan tubuh atau ancaman fisik untuk menakuti, mengendalikan, atau menyakiti korban. Tujuannya agar korban merasa takut, lemah, dan tidak berdaya. *Cyberbullying* (Perundungan Dunia Maya)**:** *Cyberbullying* adalah bentuk perundungan yang dilakukan melalui teknologi digital seperti internet, media sosial, pesan singkat

(*chat*), email, atau *platform online* lainnya. Ciri khasnya dilakukan di dunia maya, dapat menyebar cepat, dan sering kali anonim (pelaku tidak mudah diketahui).

Jadi perilaku *bullying* bisa muncul dalam berbagai bentuk, tidak hanya fisik, Ada yang menyakiti lewat kata-kata (verbal), merusak hubungan sosial (sosial/relasional), ada yang menggunakan kekerasan tubuh (fisik) dan ada pula yang memanfaatkan dunia maya (*cyberbullying*). Pada dasarnya, semua bentuk bullying bertujuan untuk menyakiti, merendahkan, atau menguasai orang lain, baik secara langsung maupun tidak langsung. Karena itu, *bullying* harus dicegah dan dihentikan agar setiap orang merasa aman, dihargai, dan dihormati.

4. Faktor Penyebab Perilaku *Bullying*

Menurut Sufriani & Sari (dalam Anjasari & Rahmatullah, 2023) terdapat faktor-faktor terjadinya *bullying* yaitu:

1. Faktor Individu: Seseorang dengan kondisi fisik yang relatif lemah sering dipandang oleh pelaku *bullying* sebagai pihak yang tidak mampu melindungi dirinya. Kerentanan tersebut membuatnya lebih mudah menjadi sasaran intimidasi karena dianggap memiliki tingkat toleransi atau daya tahan yang rendah.
2. Faktor keluarga: Faktor keluarga yang memberikan suasana kasih sayang dari keluarga yang tulus menimbulkan dorongan positif yang dapat memberikan perasaan yang nyaman, namun jika sebaliknya tidak memberikan nuansa kasih sayang hal ini terjadi permasalahan yang menimbulkan perilaku *bullying*.
3. Faktor media: Dalam tayangan televisi, film, maupun gim, sering muncul adegan kekerasan. Paparan semacam ini dapat mendorong seseorang untuk menirunya dalam kehidupan nyata. Jika terus-menerus disuguhkan konten tersebut, pola pikir seseorang dapat terbentuk bahwa perilaku kekerasan adalah sesuatu yang normal dan dapat diterima dalam keseharian.
4. Faktor teman sebaya: Kurangnya keterampilan individu dalam berinteraksi secara sehat dengan lingkungan sosialnya dapat menjadi salah satu faktor yang memicu munculnya perilaku *bullying.*

Menurut Rachmawati (2024) aspek biologis dan temperamental, bersama dengan pengaruh keluarga, teman sebaya, serta kondisi lingkungan, turut

memengaruhi kecenderungan seseorang untuk melakukan *bullying*. Prayogo dkk, (2024) terdapat sejumlah faktor yang dapat memengaruhi munculnya perilaku *bullying,* di antaranya:

1. Perbedaan kelas atau senioritas: Perbedaan tingkat kelas atau posisi sosial di lingkungan sekolah maupun organisasi sering kali menjadi pemicu munculnya perilaku *bullying.* Kesenjangan status ini dapat menimbulkan perilaku dominatif dan agresif, di mana pelaku berusaha mempertahankan atau menegaskan otoritasnya terhadap yang lebih muda atau dianggap lemah.
2. Kondisi ekonomi: kondisi ekonomi keluarga juga berpengaruh terhadap munculnya perilaku *bullying*. Individu dari latar belakang ekonomi lebih tinggi mungkin merasa superior dan merendahkan mereka yang berasal dari keluarga kurang mampu. Sebaliknya, individu dengan kondisi ekonomi rendah dapat melakukan *bullying* sebagai bentuk kompensasi psikologis untuk menutupi perasaan inferioritas dan mencari pengakuan sosial dari kelompoknya.
3. Agama: perbedaan agama dapat menjadi pemicu diskriminasi dan ejekan apabila tidak disertai dengan pemahaman toleransi. *Bullying* berbasis agama muncul ketika seseorang merasa keyakinannya lebih benar atau lebih tinggi dibandingkan keyakinan orang lain, sehingga menimbulkan sikap eksklusif dan perlakuan tidak adil terhadap individu dari kelompok agama berbeda.
4. *Gender*: gender sering kali memunculkan *bullying* dalam bentuk stereotip dan ketimpangan peran. Laki-laki cenderung menjadi pelaku bullying fisik karena pengaruh norma maskulinitas yang menekankan kekuatan dan dominasi. Sementara itu, perempuan lebih sering terlibat dalam *bullying* relasional, seperti pengucilan sosial atau gosip, sebagai cara mempertahankan posisi dalam kelompok.
5. Etnisitas: *bullying* berbasis etnis terjadi ketika seseorang atau kelompok merasa identitas etnisnya lebih unggul dibandingkan etnis lain. Hal ini biasanya ditandai dengan ejekan terhadap ciri fisik, bahasa, atau kebiasaan budaya tertentu. Ketidaktahuan dan prasangka terhadap keberagaman budaya dapat memperkuat perilaku diskriminatif.

6. Rasisme: bentuk ekstrem dari *bullying* yang berakar pada pandangan bahwa satu ras lebih superior dari ras lain. Dalam konteks ini, pelaku sering melakukan pelecehan verbal, sosial, atau fisik terhadap individu dari ras tertentu. Rasisme tidak hanya melukai korban secara psikologis, tetapi juga memperkuat sistem ketidakadilan sosial yang menormalisasi perbedaan sebagai dasar perlakuan buruk.

Pada dasarnya ketika perbedaan terutama yang bersifat ekstrem, tidak dikelola dengan baik oleh anggota kelompok, hal tersebut dapat menjadi pemicu terjadinya tindakan *bullying.* Menurut Espelage & Swearer (2003), perilaku *bullying* dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

1. Faktor Internal (dalam diri pelaku): faktor internal berkaitan dengan karakter, emosi, serta kondisi psikologis individu yang membentuk kecenderungan untuk bertindak agresif. Kepribadian agresif dan impulsif: individu dengan kontrol diri yang rendah lebih mudah mengekspresikan kemarahan melalui perilaku agresif. Ciri kepribadian agresif ini menjadi salah satu indikator kuat yang memprediksi munculnya perilaku *bullying.* Rendahnya empati: pelaku *bullying* umumnya tidak mampu memahami atau merasakan penderitaan korban, sehingga tidak timbul rasa bersalah. Swearer menemukan adanya hubungan negatif antara empati dan perilaku *bullying* semakin rendah empati seseorang, semakin tinggi kecenderungan untuk melakukan perundungan. Harga diri rendah dan kebutuhan akan pengakuan: beberapa individu melakukan *bullying* untuk menutupi rasa tidak percaya diri dan memperoleh pengakuan sosial. Tindakan agresif memberi mereka perasaan berkuasa dan dominan atas korban. Pengalaman sebagai korban di masa lalu: anak yang pernah mengalami perundungan berisiko mengulangi pola yang sama dengan menjadi pelaku di kemudian hari. Fenomena ini dikenal sebagai *bully-victim*, yang menunjukkan adanya hubungan antara pengalaman viktimisasi dan perilaku agresif di masa depan. Masalah psikologis: kondisi seperti stres, kecemasan, depresi, maupun trauma dapat mengganggu pengelolaan emosi, sehingga mendorong individu melampiaskannya melalui tindakan menyimpang seperti *bullying.*

2. Faktor Eksternal (lingkungan): faktor eksternal mencakup pengaruh dari keluarga, sekolah, teman sebaya, media, serta budaya yang membentuk perilaku sosial individu. Keluarga disfungsional: anak yang tumbuh dalam keluarga dengan pola asuh keras, minim kasih sayang, atau penuh konflik lebih berpotensi menjadi pelaku *bullying*. Paparan kekerasan di rumah membuat anak belajar meniru perilaku agresif sebagai cara mengatasi masalah. Lingkungan sekolah yang permisif: kurangnya pengawasan guru, lemahnya penegakan aturan, serta budaya senioritas menciptakan ruang bagi terjadinya perundungan. Oleh karena itu, kebijakan sekolah yang tegas dan sistematis sangat dibutuhkan untuk menekan kasus *bullying.* Pengaruh teman sebaya (*peer pressure*): tekanan sosial untuk diterima dalam kelompok sering kali membuat individu ikut melakukan *bullying* agar dianggap kuat atau populer. Norma kelompok sebaya terbukti memiliki hubungan kuat dengan munculnya perilaku agresif di kalangan remaja. Media dan media sosial: paparan terhadap kekerasan di film, permainan daring, atau internet dapat menormalkan perilaku agresif dan menurunkan empati terhadap korban. Konten media yang sarat kekerasan berpotensi memicu perilaku agresif terutama pada anak-anak. Budaya dan norma sosial: lingkungan sosial yang menoleransi diskriminasi, stigma, atau ejekan terhadap kelompok tertentu turut memperkuat perilaku *bullying.* Norma-norma yang membiarkan ketimpangan sosial memperbesar kemungkinan terjadinya perundungan.

Dengan demikian, perilaku *bullying* merupakan hasil interaksi antara faktor internal dan faktor eksternal. Upaya pencegahan harus dilakukan secara menyeluruh, baik dengan memperbaiki karakter dan regulasi emosi individu maupun menciptakan lingkungan sosial yang aman, suportif, dan bebas kekerasan.

5. Dampak Perilaku *Bullying*

Dampak *bullying* dapat menimbulkan berbagai dampak serius, seperti munculnya kecemasan, depresi, rasa kesepian, rendahnya kompetensi sosial, gejala psikosomatik, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Korban juga sering mengalami keluhan kesehatan fisik, keinginan untuk kabur dari rumah,

penyalahgunaan alkohol atau obat-obatan, bahkan risiko bunuh diri, selain penurunan performa akademik.

Di sisi lain, dampak pelaku *bullying* sering merasa memiliki kekuasaan dan kebutuhan besar untuk mendominasi orang yang dianggap lebih lemah. Mereka cenderung kurang memiliki empati dan dalam kasus tertentu menunjukkan kecenderungan perilaku psikotik. Pelaku yang secara kronis melakukan *bullying* dapat membawa pola perilaku tersebut hingga dewasa, yang pada akhirnya berdampak negatif terhadap kemampuan mereka membangun serta mempertahankan hubungan sosial yang sehat. Jika praktik *bullying* dibiarkan tanpa pencegahan yang tepat, dikhawatirkan akan berkembang menjadi bentuk kekerasan lain yang lebih parah (Rizqi Fauziah & Mulkiah, 2023).

6. Upaya Pencegahan Dan Penanggulangan *Bullying*

Sebaiknya diawali dengan intervensi yang ditujukan kepada pelaku. Hal ini penting karena perilaku perundungan sering melibatkan lebih dari satu individu, sehingga jumlah pelaku dapat terus bertambah dan kasus *bullying* semakin meluas, fenomena ini memerlukan perhatian serius dari seluruh lapisan masyarakat (Nurlelah & Syarifah Gustiawati Mukri, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian Nasti dkk (2023) mengkaji hubungan antara trait kepribadian dengan perilaku *bullying* pada anak usia sekolah dasar (8-10 tahun), serta peran mediasi keterampilan sosial-emosional seperti kecerdasan emosional (*Trait Emotional Intelligence*/TEI) dan empati dalam hubungan tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa beberapa trait kepribadian seperti keterbukaan (*openness*), ketelitian (*conscientiousness*), dan sifat menyenangkan (*agreeableness*) berhubungan negatif dengan keterlibatan dalam *bullying*, artinya anak-anak dengan trait tersebut cenderung lebih sedikit melakukan *bullying.* Dengan kata lain, kecerdasan emosional dan empati berperan sebagai mediator yang menghubungkan trait kepribadian dengan perilaku *bullying*. TEI dan empati membentuk rantai kausal yang dapat mengurangi risiko *bullying*, bahkan pada anak-anak yang memiliki kecenderungan kepribadian.

Intervensi psikologis yang dilakukan melalui pendekatan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT). Berdasarkan hasil penelitian Amin (Wulan, 2025) CBT dapat membantu meningkatkan *self-efficacy* dan kemampuan asertif pada siswa yang menjadi korban *bullying*. Peningkatan ini penting karena rasa percaya diri yang lebih tinggi membuat siswa merasa lebih mampu menghadapi situasi perundungan, sehingga risiko munculnya perilaku agresif dapat berkurang. Temuan ini menekankan pentingnya peran konselor sekolah untuk menerapkan teknik CBT dalam penanganan kasus intimidasi, demi terciptanya lingkungan belajar yang aman dan mendukung.

Menurut Pajri dkk, (2024) Terdapat beberapa langkah yang dapat dilakukan untuk mencegah munculnya perilaku *bullying*, antara lain:

1. Pendidikan kesehatan tentang *bullying,* sosialisasi mengenai *bullying* perlu dilakukan untuk meningkatkan kesadaran peserta didik terhadap dampak negatif perundungan.
2. Komunikasi dalam keluarga, komunikasi yang baik di dalam keluarga berperan penting dalam membentuk perilaku anak agar tidak terjerumus pada tindakan yang merugikan, termasuk *bullying*. Selain itu, pola asuh yang tepat dari orang tua membantu menanamkan nilai-nilai positif yang dapat mencegah anak terlibat dalam perilaku agresif.
3. Menciptakan budaya anti-*bullying* di sekolah. Pembentukan budaya anti-*bullying* dapat dilakukan melalui program khusus di sekolah yang menekankan pengembangan karakter dan etika sosial secara komprehensif. Seluruh warga sekolah tidak hanya siswa, tetapi juga guru, dan staf, perlu memahami apa itu *bullying*, bagaimana dampaknya, serta cara mencegahnya. Pihak sekolah juga dapat membuat aturan atau kebijakan yang tegas mengenai larangan perilaku *bullying*, baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah.

Pratiwi & Erianjoni (2022) ada 3 upaya pengendalian represif pada perilaku *bullying* disekolah.

1. Upaya preventif berupa, memberikan layanan konseling, pengawasan.

2. Upaya kuratif berupa: teguran, ancaman, mengancam peserta didik untuk dikeluarkan dari sekolah, mengancam peserta didik untuk dikorsing.
3. Upaya represif: pemberian sanksi, dikeluarkan dari sekolah, pemberian skorsing dari sekolah, memberikan surat pemanggilan kepada orang tua.

Perilaku *bullying* sangat merugikan korban, pelaku, dan lingkungan sosial. Pencegahan membutuhkan kerja sama keluarga, sekolah, dan masyarakat dengan menumbuhkan empati, kecerdasan emosional, komunikasi yang baik, serta menciptakan budaya anti-*bullying* yang tegas dan berkelanjutan.

SIMPULAN

Bullying merupakan bentuk penyimpangan sosial yang tidak hanya melanggar norma masyarakat, tetapi juga bertentangan dengan prinsip akhlak dan rahmah dalam ajaran Islam. Perilaku ini lahir dari interaksi kompleks antara faktor internal dan eksternal. Dampaknya meluas, mencakup kerusakan psikologis, degradasi moral, hingga gangguan terhadap kualitas pendidikan. Pencegahan dan penanganan memerlukan pendekatan multidimensi: edukasi tentang dampak *bullying*, komunikasi dan pola asuh positif dalam keluarga, budaya anti-*bullying* di sekolah, intervensi psikologis berbasis CBT, serta langkah kuratif dan represif yang tegas. Integrasi perspektif psikologi modern dengan nilai-nilai Islam memberikan kerangka yang lebih utuh untuk memahami dan mengatasi *bullying*, sehingga tercipta lingkungan sosial yang aman, adil, dan bermartabat.

Mengacu pada sifat penelitian ini yang masih bersifat studi kepustakaan, maka penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas pendekatan dengan menggabungkan analisis literatur dan pengumpulan data empiris. Penggunaan metode survei, wawancara, maupun observasi di sekolah, keluarga, atau komunitas dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai praktik *bullying*, baik dari sudut pandang pelaku maupun korban. Selain itu, kajian yang memadukan teori psikologi Barat dan psikologi Islam dengan data lapangan akan menghasilkan gambaran yang lebih utuh serta aplikatif dalam merumuskan strategi pencegahan maupun penanganan *bullying*.

DAFTAR PUSTAKA

Adam, M. I. (2025). Penyimpangan Sosial dalam Perspektif Psikologi Islam. *Journal for Islamic Studies, 8*(3), 85–99. https://doi.org/10.31943/afkarjournal.v8i3.2272.Socia

Aidar. (2023). *Bullying* dalam Perspektif Psikologi Pendidikan. *Pionir: Jurnal Pendidikan, Riset dan Teknologi*, *1*(1), 39–49. https://doi.org/10.22373/pjp.v12i3.20235

Anjasari, T., & Rahmatullah, A. S. (2023). Bullying Behavior In Schools In The Perspective Of Islamic Psychology. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, *8*(1), 80–94. https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v8i1.17439

Baldry, A. C. (2003). Bullying in schools and exposure to domestic violence. *Child Abuse & Neglect, 27(7),* 713–732. https://doi.org/10.1016/S0145-2134(03)00114-5

Espelage, D. L., & Swearer, S. M. (2003). *What Have We Learned and Where Do We Go From Here? School Research on School Bullying and Psychology Review*, 32(3), 365-383

IDN Times. (2025). *Kemenkes catat 2.621 laporan bullying selama 2025*. IDN Times. https://www.idntimes.com/news/indonesia/kemenkes-catat-2-621-laporan-bullying-selama-2025-00-xvwcc-wk7vzh

Ihsan, M., Shofiah, V., & Rajab, K. (2024). Deviasi Seksual dalam Perspektif Psikologi Islam (Solusi atas Masalah Deviasi Seksual dalam Psikologi dan Al-Qur'an). *Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, *2*(4) 29–33. https://doi.org/10.5281/zenodo.14034426

Kusumaningsih, D. (2022). Perilaku Perundungan (*Bullying*) ditinjau dari Teori Pembelajaran Sosial. *SENRIABDI: Seminar Nasional Riset dan Abdimas,* 2(1), 253–260. Universitas Islam Sultan Agung.

KBR. (2023). *Angka bullying meningkat, solusinya akidah kuat?* KBR.ID. https://kbr.id/articles/indeks/angka-bullying-meningkat-solusinya-akidah-kuat-

KBR. (2024). *JPPI: 2024, Kekerasan di Lingkungan Pendidikan Melonjak Lebih dari 100 Persen*. https://kbr.id/articles/ragam/jppi-2024-kekerasan-di-lingkungan-pendidikan-melonjak-lebih-dari-100-persen?

Khasanah, N., Aravik, H., & Hamzani, A. I. (2023). Reconstruction of The Concept Of Islamic Education; Weighing Offers Syed Muhammad Nuquib Al-Attas. *Symfonia: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, *3*(2), 87-98.

Khasanah, N., Aravik, H., & Hamzani, A. I. (2022). Pemikiran Pendidikan Progresif Abdul Munir Mulkhan Perspektif Filsafat Pendidikan Islam. *Raudhah Proud To Be Professionals: Jurnal Tarbiyah Islamiyah*, *7*(1), 30-40.

Lusiana, S. N. E., & Arifin, S. (2022). Dampak *Bullying* terhadap Kepribadian dan Pendidikan Seorang Anak. *Jurnal Pendidikan*, *10*(2), hal.345-346.

Mojo co. (2025). *Anak Saya Direndahkan, Dibilang Anak Setan' – Ucap Orang Tua Korban Bully di Jakarta*. https://mojok.co/liputan/ragam/sekolah-di-jakarta-marak-bullying-dan-pungli/

Nasary, N. S. (2020). Cyberbullying: Concepts, theories, and correlates informing evidence-based best practices for prevention. *Aggression and Violent Behavior, 50,* 101343. https://doi.org/10.1016/j.avb.2019.101343

Nasti dkk. (2023). The relationship between personality and bullying among primary school children: the mediation role of trait emotion intelligence and empathy. *International Journal of Clinical and Health Psychology, 23,* 1-5. https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2022.100359

Nurlelah, & Syarifah Gustiawati Mukri. (2019). Dampak *Bullying* terhadap Kesehatan Mental Santri. *Journal of Islamic Education*, *3*(1), 72–86.

Pajri, D. N. (2024). Dampak Psikologis Akibat Tindakan *Bullying* pada Remaja terhadap Kesehatan Mental. *Jurnal Kaganga: Jurnal Ilmiah Sosial dan Humaniora*, *8*(1), 58–64. https://doi.org/10.33369/jkaganga.8.1.58-64

Putu, L., & Kusumaningsih, S. (2023). Perilaku Perundungan *(Bullying*) ditinjau dari Teori Pembelajaran Sosial. *3 Rd E-Proceeding SENRIABDI 2023*, *3*, 63–71. https://jurnal.usahidsolo.ac.id/

Pratiwi, O. B., & Erianjoni. (2022). Kontrol Sosial Sekolah pada Perilaku *Bullying* di Kalangan Siswa SMP Negeri 27 Kabupaten Tebo Provinsi Jambi. *Jurnal Perspektif*, *5*(1), 152–159. http://perspektif.ppj.unp.ac.id/index.php/perspektif/article/view/582

Prayogo, S., Wimbarda, A., Fijaya, G. P. K., Aprio, A. T., Roseno, T., & Toruan, J. L. (2024). Potret dunia pendidikan era kontemporer: Fenomena *Bullying* di Jenjang SD, SMP dan SMA. *EKOMA: Jurnal Ekonomi Manajemen, Akuntansi*, *3*(3), 603–609. https://journalnusantara.com/index.php/EKOMA/article/view/3064%0Ahttps://journal-nusantara.com/index.php/EKOMA/article/download/3064/2599

Rachmawati, D. (2024). *Bullying* dan Dampak Jangka Panjang Koneksi dengan Kekerasan dan Kriminalitas. *JOIES (Journal of Islamic Education Studies)*, *9*(1), 83–104. https://doi.org/10.15642/joies.2024.9.1.83-104

Rizqi Fauziah, D., & Mulkiah. (2023). *Bullying* dalam Perspektif ke-Islaman. *Journal Islamic Education*, *1*(3), 643.https://maryamsejahtera.com/index.php/Education/index

Saefulloh, A. (2020). *Bullying* dalam Pandangan Islam. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam*, *1*, 1–11. https://carihadis.com/Sunan_Ibnu_Majah/4203

Sakroni., Subardhini., & Riyadi Sabar. (2024). Pelaku *Bullying* Ditinjau dari Perspektif Teori Identitas Sosial Sebuah Systematic Review Literature. *Jurnal Sejarah, Pendidikan dan Humaniora, 8(1),*1042-1051.

Subardhini, M., & Riyadi, S. (2021). Pelaku *Bullying* Ditinjau dari Perspektif Teori Identitas Sosial. Santhet: *Jurnal Sejarah, Pendidikan, dan Humaniora, 5(1),* 63–76.

Sugiyono. (2013). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.

Tajfel, H., & Turner, J. C. (1979). *An integrative theory of intergroup conflict*. Dalam W. G. Austin & S. Worchel (Eds.), *The Social Psychology of Intergroup Relations* (hal. 33-47). Brooks/Cole

Wulan, W. R. (2025). Kajian Literatur : Penanganan Psikologis pada Remaja dengan *Bullying* menggunakan *Cognitive Behaviour Therapy*. *Jurnal Keperawatan Komplementer Holistic*, *3*(1), 1–14.