

## BAB 4

### PENGUMPULAN DATA PENELITIAN

#### 4.1. Orientasi Kancan Penelitian

Tema penelitian yang dilakukan peneliti adalah Depresi pada Remaja Awal yang Mengalami *Bullying*. Pada penelitian ini peneliti membutuhkan tiga subjek untuk mendapatkan data penelitian. Adapun beberapa kriteria yang dibutuhkan untuk melaksanakan penelitian ini adalah remaja awal yang berusia 12-17 tahun, pernah mengalami tindakan kekerasan berupa *bullying* dalam bentuk apapun, dan mengalami gejala-gejala depresi selama 2 minggu-6 bulan/12 bulan. Untuk mengetahui subjek mengalami gejala-gejala depresi, peneliti menggunakan alat tes *Beck Depression Inventory (BDI)* yang sudah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Ginting, Naring, Veld, Srisayekti, dan Becker (2013) yang digunakan sebagai skrining awal.

Demi keselamatan dan kenyamanan subjek dan peneliti, pengambilan data dilakukan melalui media *online* seperti *Gmeet* dan *videocall* serta *WhatsApp* dikarenakan masih merebaknya pandemi COVID-19 di Indonesia yang mengharuskan masyarakat untuk meminimalisir tatap muka. Lokasi dari penelitian juga masih dilakukan melalui media *online* yaitu *Gmeet* dikarenakan pandemi COVID-19. Subjek yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah tiga orang, yaitu RS, I, dan MP.

<b>Nama Subjek</b>	<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Umur</b>	<b>Pendidikan</b>
RS	Perempuan	16 tahun	SMA
I	Perempuan	15 tahun	SMA
MP	Perempuan	16 tahun	SMA

*Tabel 4.1. Subjek Penelitian*

#### **4.2. Persiapan Pengumpulan Data**

Sebelum memulai penelitian, tahap pertama yang dilakukan oleh peneliti adalah membuat pedoman wawancara yang akan digunakan untuk memperoleh informasi. Pedoman wawancara tersebut terdiri dari 77 pertanyaan dan pertanyaan-pertanyaan tersebut dibuat berdasarkan gejala-gejala dan faktor-faktor depresi yang sebelumnya sudah dituliskan oleh peneliti di BAB 2 (halaman 16-20). Pada tahap kedua, peneliti menggunakan sebuah alat tes yang digunakan dengan tujuan sebagai skrining di awal sebelum untuk melihat subjek tersebut sudah cocok dengan kriteria yang dibutuhkan.

Alat tes yang digunakan sebagai skrining tersebut adalah *Beck Depression Inventory-II* yang sudah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Ginting, Naring, Veld, Srisayekti, dan Becker (2013). Sebelum menggunakan alat tes tersebut peneliti terlebih dahulu sudah mendapatkan izin dari Bapak Ginting. Pada tahap ketiga peneliti mulai menyebarkan poster untuk mencari subjek yang dibutuhkan dalam proses pengumpulan data. Penyebaran poster dilakukan melalui media sosial, yaitu *Instagram*, *WhatsApp*, *Twitter*, dan juga *Facebook*. Subjek yang sudah terkumpul masih akan dipilah kembali dengan menggunakan *Beck Depression Inventory-II*

untuk melihat subjek yang sudah didapatkan sudah sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan oleh peneliti.

Setelah mendapatkan subjek yang sesuai dengan kriteria, di tahap keempat peneliti menghubungi subjek apakah bersedia untuk mengikuti serangkaian kegiatan pengumpulan data. Peneliti menjelaskan prosedur yang akan dilakukan selama kegiatan pengumpulan data dan saat subjek bersedia peneliti akan memberikan lembar persetujuan (*Informed Consent*) yang berisikan prosedur pelaksanaan dan bukti persetujuan subjek untuk mengikuti segala kegiatan pengumpulan data. Pada tahap kelima peneliti mulai melaksanakan pengumpulan data dengan subjek-subjek yang sudah sesuai dengan kriteria. Proses pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara dan juga observasi melalui *googlemeet* dan *video call WhatsApp*. Selain melakukan wawancara dengan subjek. Tahap keenam peneliti melakukan wawancara terhadap *significant person* yang sudah diketahui dan disetujui oleh subjek. Pada tahap ini juga lembar persetujuan tetap diberikan sebelum dilakukannya wawancara dan observasi kepada *significant person*.

#### **4.3. Pemilihan Subjek**

Pada proses pengumpulan data, peneliti mengumpulkan subjek dengan kriteria yang sudah tertulis pada BAB 3. Kriteria subjek yang dibutuhkan peneliti untuk proses pengumpulan data adalah seorang remaja awal, berusia 12-17 tahun, mengalami tindakan *bullying* (dalam bentuk apapun), dan mengalami depresi. Untuk melihat subjek yang memiliki kecenderungan depresi, peneliti menggunakan *Beck Depression Inventory-II*

yang digunakan sebagai skrining di awal sebelum memulai tahap wawancara dan observasi.

Setelah melalui tahapan tersebut, peneliti mendapatkan tiga subjek yang sesuai dengan peneliti butuhkan. Subjek pertama berinisial RS, berusia 16 tahun, pernah mengalami *bullying*, dan berdasarkan hasil skrining tes *BDI* subjek RS memperoleh skor 31. Subjek kedua berinisial I, berusia 15 tahun, pernah mengalami *bullying*, dan berdasarkan hasil skrining tes *BDI* subjek I memperoleh skor 58. Subjek ketiga berinisial MP, berusia 16 tahun, pernah mengalami *bullying*, dan berdasarkan hasil skrining dari tes *BDI* subjek MP memperoleh skor 18.

#### **4.4. Pengumpulan Data Penelitian**

Pengambilan dan pengumpulan data dilakukan sebanyak tiga kali pada setiap subjek. Pengambilan data dilakukan di rumah masing-masing dan menggunakan media virtual seperti *Gmeet* dan *video call* melalui *WhatsApp*, serta menggunakan ponsel untuk merekam seluruh kegiatan pengambilan data. Pengambilan data pada subjek pertama dilakukan pada hari Minggu tanggal 18 Juli 2021, Rabu tanggal 21 Juli 2021, dan Kamis tanggal 22 Juli 2021. Pengambilan data pada subjek kedua dilakukan pada hari Sabtu tanggal 24 Juli 2021 dan hari Sabtu tanggal 31 Juli 2021. Pengambilan data subjek ketiga dilakukan pada hari Kamis tanggal 29 Juli 2021, hari Sabtu tanggal 31 Juli 2021, dan Senin tanggal 2 Agustus 2021.

No	Inisial	Tanggal	Waktu	Lokasi
1.	RS	I. 18 Juli 2021	I. 11.47-	Sleman (melalui <i>Gmeet</i> )
		II. 21 Juli 2021	12.46	
		III. 22 Juli 2021	II. 13.00- 13.43	
2.	I	I. 24 Juli 2021	I. 11.50-	Sleman (melalui <i>video call</i> <i>WhatsApp</i> )
		II. 31 Juli 2021	12.54	
			II. 12.50- 13.01	
3.	MP	I. 29 Juli 2021	I. 20.00-	Pangkalpinang (melalui <i>videocall</i> <i>WhatsApp</i> )
		II. 31 Juli 2021	20.46	
		III. 2 Agustus 2021	II. 20.30- 21.10	
			III. 20.00- 20.23.	

Tabel 4.2. Jadwal Pelaksanaan dan Pengumpulan Data

Pengambilan data pada *significant person* setiap subjek dilakukan sebanyak satu kali. Pengambilan data pada *significant person* subjek pertama dilakukan pada hari Sabtu tanggal 24 Juli 2021. Pengambilan data pada *significant person* subjek kedua dilakukan pada hari Senin tanggal 2 Agustus 2021. Pengambilan data pada *significant person* subjek ketiga dilakukan pada hari Rabu tanggal 11 Agustus 2021.

## 4.5. Hasil Penelitian

### 4.5.1. Subjek RS

#### a) Identitas Subjek RS

Inisial : RS

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 16 tahun

Pendidikan : Sekolah Menengah Akhir (SMA)

Hobi : bermain *skateboard*, menulis novel/cerpen, memancing

#### b) Hasil Wawancara dengan RS

Subjek RS merupakan seorang perempuan berumur 16 tahun yang saat ini sedang duduk di bangku SMA. RS memiliki hobi menulis (baik itu novel, puisi, ataupun cerpen), bermain *skateboard*, dan memancing. RS menceritakan bahwa dia sudah mendapatkan dan mengalami kekerasan *bullying* pada saat ia duduk di bangku Sekolah Dasar (SD) dan Sekolah Menengah Pertama (SMP) lebih tepatnya subjek RS mengalami kekerasan *bullying* dari kelas 1 SD hingga ia duduk di bangku kelas 2 SMP.

RS bercerita pada saat ia masih SD ia tidak mengetahui alasan ia menerima kekerasan *bullying*. Kekerasan *bullying* yang didapatkan oleh RS adalah berupa ejekan. Ejekan ini diterima oleh RS karena saat masih kecil RS memiliki penyakit tulang dan mengharuskan dia untuk mengkonsumsi obat-obatan sejak kecil. Penyakit tulang yang diderita oleh RS membuat RS memiliki cara berjalan yang berbeda dan dari situlah ia mendapatkan sebutan '*penguin*'.

Selain *bullying* secara verbal, *bullying* berupa fisik juga diterima oleh RS, seperti penjambakan dan perlakuan tidak menyenangkan dengan cara mengotori rambut RS dengan penghapus papan tulis. Berdasarkan cerita RS, kekerasan verbal dan fisik tersebut terjadi setiap hari. Alasan RS mendapat kekerasan *bullying* tersebut karena ia berteman seseorang yang sebelumnya menjadi target *bullying* dan mulai dari sanalah RS yang menjadi target *bullying* selanjutnya. Perlakuan yang RS terima pada saat itu adalah ia dimusuhi dan dijauhi oleh teman-teman sekelasnya. Selain itu RS juga menerima *bullying* secara fisik pun seperti didorong dengan kuat yang mengakibatkan tangannya mengalami infeksi, buku-buku yang dimiliki RS dipotong menjadi dua dan dibuang ke dalam tong sampah, serta tas sekolahnya juga pernah dilempar ke kolam ikan yang berada di sekolah.

RS mengaku bahwa ia pernah memiliki pemikiran untuk melakukan tindakan bunuh diri karena dirinya sering mendapatkan *bullying* dari teman-temannya tersebut. *Bullying* yang paling parah menurut RS adalah pada saat ia mendapati bahwa ada seekor ular berbisa berada di laci mejanya dan yang melakukan tersebut adalah teman-teman sekelas RS.

*Bullying* yang diterima RS tidak hanya didapatkan di lingkungan sekolah tetapi juga ia dapatkan di luar sekolah. *Bullying* yang diterima oleh RS di luar sekolah tersebut mengakibatkan adik dari RS yang pada saat itu masih duduk di Taman Kanak-Kanak (TK) ikut menjadi sasaran *bullying* juga. *Bullying* yang diberikan kepada RS dan adiknya di luar lingkungan sekolah adalah RS dan adiknya dilempari oleh batu dan beberapa batu dimasukkan ke dalam tas adiknya. Adik RS juga pernah didorong dengan

sengaja hingga terjatuh dan membuat lutut adik RS berdarah. Saat menceritakan kejadian ini, terlihat RS tidak kuat untuk meneteskan air matanya karena ia merasa tidak terima dengan perlakuan *bullying* yang diberikan kepada adiknya.

Pada awalnya kedua orang tua RS tidak menyadari bahwa RS sudah mengalami tindakan *bullying* di sekolah. Orang tua RS mulai curiga dikarenakan RS selalu menunjukkan perilaku menangis setiap ia pulang dari sekolah dan menolak untuk pergi ke sekolah. Awalnya RS menolak dan tidak berani untuk bercerita namun orang tua RS mendesak dan sepupu RS yang kebetulan satu sekolah dengan RS menceritakan bahwa RS mengalami tindakan *bullying* di sekolah. Sejak saat itulah, RS akhirnya menceritakan kejadian *bullying* yang diterimanya kepada kedua orang tuanya.

Setelah mengetahui kejadian *bullying* tersebut, orang tua RS langsung melaporkan kejadian *bullying* yang menimpa dirinya kepada pihak sekolah, tetapi respon yang diberikan oleh pihak sekolah hanya menganggap kejadian tersebut merupakan hal yang wajar terjadi di kalangan anak-anak. Akibat dari tindakan *bullying* yang diterima oleh RS, membuat RS merasa ketakutan dan tidak ingin untuk datang ke sekolah lagi. RS juga menuturkan bahwa ia pernah memutuskan untuk tidak masuk sekolah beberapa hari karena merasa takut. RS menambahkan juga bahwa dirinya pernah melakukan percobaan bunuh diri dengan mengonsumsi obat-obatan dalam jumlah yang banyak karena tidak tahan dengan *bullying* yang dia terima saat itu.



Pada saat RS mengalami *bullying* tersebut, RS menuturkan jika ia mengalami beberapa permasalahan yaitu ia mengalami gangguan pada pola tidurnya. RS bercerita bahwa pada saat mengalami tindakan *bullying* tersebut ia baru bisa tidur pada jam 12 malam. Selain itu banyak luka secara fisik yang ia terima sebagai akibat dari tindakan *bullying* yang dilakukan oleh teman-temannya hingga RS pernah sampai dirujuk ke rumah sakit. RS juga mengaku bahwa semenjak ia di *bully* tersebut, ia lebih merasa sensitif dan pikiran “mengapa ia tidak melawan?” tersebut terus terbayang dan itu membuat dirinya merasa bersalah dan tidak berguna.

RS bercerita saat ia mengalami *bullying* tersebut ia sangat takut untuk berinteraksi dengan teman-teman sebayanya sehingga membuat RS tidak memiliki teman baik baik di lingkungan sekolahnya dan lingkungan tempat ia tinggal. Namun, saat ini RS mengaku ia mulai berani untuk berinteraksi saat sudah beranjak SMP dan menurutnya ia merupakan tipe seseorang yang tidak malu dan tidak canggung untuk berkenalan dengan orang baru. Walaupun pada saat ini RS mulai cukup terbuka dalam hal bersosialisasi, memiliki hubungan yang cukup baik dengan teman-teman dan keluarganya, sikap RS yang tidak akan menceritakan masalahnya masih ia bawa sampai sekarang. RS merasa malu apabila ia harus menceritakan permasalahan yang dialami dan meminta saran kepada orang lain dan memilih untuk memendam perasaannya serta untuk bersikap tidak peduli dengan masalah yang sedang terjadi padanya.

Kejadian *bullying* juga RS dapatkan pada saat ia duduk di bangku SMP, namun menurutnya tidak separah yang pernah ia dapatkan pada saat ia SD dulu. *Bullying* yang ia dapatkan pada saat SMP adalah *bullying*

secara verbal. *Bullying* tersebut berawal dari salah satu teman yang dulu pernah satu SD dengan RS memfitnah dirinya dengan kalimat-kalimat yang tidak benar.

RS mengaku awalnya tidak mengubris hal tersebut. Namun, RS menjadi tidak terima saat pelaku mulai menjelek-jelekkan keluarganya. Pada saat SMP ini, RS sudah memiliki keberanian untuk melawan dan sempat terjadi perkelahian antar RS dengan pelaku. Perkelahian tersebut diketahui oleh ibu RS dan membuat ibu RS menangis. Berdasarkan pengakuan RS, RS melakukan hal tersebut karena tidak terima bahwa kedua orang tuanya dijelek-jelekkan oleh si pelaku.

Pada saat peneliti meminta RS meminta mengingat kembali kejadian *bullying* tersebut RS mengaku tidak merasa cemas akan tetapi masih timbul perasaan dendam dan ingin membalas perbuatan tersebut kepada pelaku. Ia mengaku tidak bisa memaafkan perlakuan *bullying* yang diterimanya dulu. RS bercerita pada saat bertemu dengan pelaku *bullyingnya* secara tidak sengaja, RS mengaku tidak nyaman dan ingin cepat-cepat pergi dari tempat tersebut.

RS mengaku bahwa ada salah satu pelaku yang secara pribadi meminta maaf melalui pesan pribadi, namun RS memilih untuk mengabaikan pesan tersebut. Setelah mengalami kejadian *bullying* tersebut, RS mengaku sering bertengkar secara fisik dengan orang lain. RS mengaku bahwa ia melakukan tindakan tersebut karena ia merasa tidak terima dan hanya ingin melindungi orang-orang yang ia sayangi.

Ia bahkan merasa tidak takut untuk berkelahi kepada orang-orang yang berkata tidak benar tentang keluarganya. Orang tua RS, terutama ayah dari RS juga tidak mempermasalahkan RS untuk berkelahi ketika RS merasa bahwa dirinya benar dan tidak salah.

### **c) Triangulasi**

N merupakan sahabat dari RS. N mengaku sudah mengenal dan berteman dengan RS sejak masih di SMP. Menurut N, RS merupakan sosok yang ceria. Namun ketika RS memiliki masalah, ia tidak akan menceritakan masalah tersebut kepada orang lain dan bersikap tidak peduli. Cerita yang biasanya diceritakan oleh RS kepada N adalah tentang masalah pertemanan, Perilaku RS yang tidak mau berbagi cerita mengenai permasalahannya kepada orang lain ini termasuk dalam gejala sosial pada depresi.

Selain tidak mau menceritakan permasalahannya, N juga menambahkan saat RS terlalu menahan rasa stresnya biasanya RS akan menunjukkan beberapa perubahan, seperti wajah RS akan menjadi lebih pucat dan perilaku RS akan lebih diam daripada biasanya. Hal itu terjadi karena RS tidak mau berbagi dan menceritakan permasalahannya.

Beberapa permasalahan RS yang N ketahui adalah RS pernah mendapatkan ejekan dari teman-teman yang sekelas dengannya, lalu ada permasalahan yang terkait dengan pasangannya, serta permasalahan dengan keluarga. Namun N tidak terlalu tahu secara rinci karena menurut penuturan N, RS tidak akan menceritakan permasalahan yang dialami tersebut secara detail. Menurut N, RS lebih suka memendam

permasalahan yang sedang dialami oleh dirinya. Menurut N, RS juga merupakan seseorang dengan tipe yang sangat sensitif.

RS sering menangis terutama saat RS mengalami permasalahan dalam keluarganya dan terkadang *mood* RS sering berubah-ubah, yaitu saat RS senang dalam beberapa waktu berikutnya RS tiba-tiba menjadi marah dan sedih. Menurut N permasalahan yang membuat RS merasa *down* adalah permasalahan yang terjadi pada keluarganya. Namun RS tidak menceritakan permasalahan tersebut kepada N.

Menurut N, keluarga dari RS adalah keluarga yang baik, selayaknya keluarga pada umumnya. Namun saat RS di rumah RS suka disalah-salahkan terus oleh orang tuanya dan itu membuat RS merasa sedih. Walaupun RS tidak suka menceritakan permasalahannya, akan tetapi dari N mengaku di saat RS sudah merasa terpojok RS akan bercerita. Menurut N sikap RS yang tidak mau meminta tolong tersebut dikarenakan RS merasa gengsi.

#### **d) Analisa Kasus Subjek RS**

Hasil dari wawancara bersama RS menunjukkan bahwa RS mengalami tindakan *bullying* sejak ia masih duduk di bangku SD hingga SMP. *Bullying* yang diterima oleh RS adalah *bullying* secara fisik, verbal, serta relasional. Perilaku *bullying* yang diterima adalah seperti ejekan, perusakan alat-alat sekolah seperti buku yang dirobek dan tas sekolah yang dibuang dengan sengaja. Lalu adanya perlakuan kekerasan yang dilakukan dengan sengaja yaitu saat RS didorong hingga menyebabkan

salah satu tangannya mengalami infeksi dan RS juga diberikan binatang berbisa yang diletakkan dengan sengaja di bawah mejanya.

Menurut Coloroso (dalam Zakiyah, Humaedi, & Santoso) jenis *bullying* ataupun penindasan atau *bullying* berupa fisik terjadi dalam bentuk memukul, mencekik, menyikut, ataupun memberikan rasa sakit pada korban, serta adanya perusakan barang pada korban. Penindasan secara verbal dapat terjadi dalam bentuk pemberian nama atau *labelling*. Pada hasil wawancara juga disebutkan bahwa RS juga menerima *labelling* yaitu ia sempat dipanggil dengan sebutan '*Penguin*' oleh teman-temannya dikarenakan ia memiliki bentuk tulang yang berbeda.

*Bullying* secara relasional juga didapatkan oleh RS yaitu RS diabaikan, diasingkan oleh teman-teman sekelasnya serta tidak ada yang mau berteman dengan dirinya. Coloroso (dalam Zakiyah, Humaedi, & Santoso, 2019) menyebutkan bahwa bentuk dari *bullying* secara relasional adalah adanya pengabaian, pengucilan, ataupun pengasingan. Menurut Bulu, Maemunah, dan Sulasmini (2019) terdapat beberapa dampak yang ditimbulkan akibat dari tindakan *bullying* baik secara fisik ataupun psikologis seperti korban yang mengalami *bullying* akan mengalami rasa sakit pada tubuhnya (seperti sakit kepala, sakit di dada, luka memar dan tergores) serta emosi korban akan semakin buruk seperti adanya perasaan marah, dendam, kesal, takut, cemas, dan penyesuaian secara sosial akan buruk

Tindakan *bullying* yang dirasakan oleh RS juga mengakibatkan RS mengalami beberapa gejala depresi. Berdasarkan hasil tes dari *Beck*

*Depression Inventory* (BDI) RS mendapatkan nilai sebesar 31. Menurut Beck (dalam Lubis, 2016) seseorang yang mengalami gangguan depresi akan cenderung berpikir bahwa mereka tidak akan menyelesaikan sebuah masalah dan juga berpikir bahwa tidak ada yang dapat menyelesaikan masalah tersebut. Pada subjek RS yaitu ia akan mudah menyerah saat ia dihadapkan oleh suatu masalah dan pada akhirnya ia akan mendinginkan masalah tersebut. Selain itu juga Beck (dalam Lubis, 2016) juga menjelaskan bahwa seseorang yang mengalami depresi akan memiliki pandangan negatif terhadap masa depannya. Hal itu juga ditemui pada RS yaitu RS mengaku bahwa ia sama sekali tidak memiliki cita-cita di masa depannya, mengingat bahwa RS merupakan seorang siswi yang sudah mengeluarkan beberapa karya tulis dan bahkan dari karya yang ia tulis tersebut pernah ia menangkan. Selain itu, ditemukan gejala-gejala depresi pada RS yang gejala-gejala tersebut memiliki intensitas yang sedang dan tinggi. Dianovinina (2018) menuliskan bahwa terdapat gejala depresi yang muncul dalam bentuk perilaku seperti tidak adanya semangat untuk bersekolah, tidak mau berinteraksi dengan teman sebaya, menjadi sangat sensitif, dan mudah menangis tanpa ada sebab.

Gejala-gejala tersebut ternyata juga dialami oleh RS dan pada gejala fisik RS memiliki intensitas sedang, yaitu RS mengalami kesulitan tidur saat ia mengalami tindakan *bullying* tersebut (semenjak kejadian *bullying* tersebut jam tidur RS berubah menjadi jam 12 malam), serta menurunnya produktivitas yaitu ia tidak mau untuk pergi sekolah karena merasa takut harus bertemu dengan teman-temannya serta RS mengalami luka secara fisik yang diakibatkan dari tindakan *bullying* tersebut.

Gejala psikologis dan gejala sosial yang dialami RS memiliki intensitas yang kuat, yaitu timbulnya perasaan-perasaan yang lebih sensitif seperti perasaan marah, sedih, dan juga dendam, perasaan bersalah pada diri sendiri karena tidak melawan para pelaku, serta RS tidak memiliki kepercayaan diri saat berada di sekolah. Ketidakpercayaan diri ini membuat RS mengalami kesulitan untuk berinteraksi dan bersosialisasi dengan teman-teman sebayanya, baik itu di lingkungan sekolah ataupun di lingkungan rumahnya. Menurut Heino, dkk (2009) bahwa korban dari tindakan *bullying* dapat membuat korban mengalami trauma dan rendahnya harga diri. Tindakan *bullying* yang diterima RS tersebut membuat dirinya tidak nyaman saat melihat pelaku *bullying*. RS merasa marah saat melihat pelaku *bullying* karena ia langsung mengingat kejadian *bullying* tersebut.

Berdasarkan gejala-gejala tersebut terdapat juga beberapa faktor yang ikut andil dalam memengaruhi gejala-gejala yang dirasakan RS, yaitu keluarga, *learned helplessness* lingkungan sosial, dan *bystander*. Berdasarkan penuturan RS dan juga dengan *significant person* yaitu RS sering dibanding-bandingkan dengan orang lain dan adanya permasalahan lainnya dengan orang tua yang tidak diceritakan secara detail olehnya, membuat RS merasa sedih dan terpuruk. Menurut Vardanyan (dalam Danovinina, 2018) adanya ketidakpuasan dengan kondisi keluarga dapat mengakibatkan perkembangan gangguan depresi pada remaja.

Adanya *learned helplessness* pada subjek RS juga dapat dilihat bahwa RS tidak melaporkan kejadian *bullying* tersebut kepada orang tuanya dan RS tidak pernah bercerita ketika ia memiliki permasalahan. RS

memilih untuk memendamnya dan tidak menceritakan kepada orang lain. Alasan RS tidak mau menceritakan permasalahannya kepada orang lain ataupun kepada orang tuanya karena ia tidak mau merepotkan mereka dan menurut penuturan dari *significant person* karena RS merasa gengsi saat harus meminta bantuan kepada orang lain. Perilaku RS yang suka memendam permasalahannya juga dibenarkan oleh *significant person* RS yaitu I. I membenarkan bahwa RS merupakan tipe yang jika ada sebuah masalah ia tidak akan menceritakan masalah tersebut kepada orang lain. I juga bercerita bahwa ketika RS akan menangis atau akan lebih diam daripada biasanya apabila ia sedang memiliki masalah. Namun saat ditanya, RS tetap memilih untuk tidak menceritakan masalahnya.

Selain sikap *learned helplessness* adanya faktor dari *bystander* juga ikut memengaruhi tingkat depresi pada RS. Pada saat RS mengalami *bullying*, tidak ada satupun yang mau membantu, meleraikan, ataupun melapor kejadian tersebut. Beberapa teman yang ada di situ malah ikut membully RS dan juga ada yang menjauhinya. Hal itu terjadi karena saat ada seseorang yang membantu ataupun berteman dengan RS, maka dia akan ikut mendapatkan *bullying* juga.

Banyard (dalam Jannah, 2021) *bystander* adalah seseorang yang menjadi saksi mata terhadap suatu kejadian dan kehadirannya dapat memberikan kesempatan dalam berkontribusi pada suatu kejadian tersebut dalam berbagai cara ataupun hanya mengamati tanpa melakukan apa-apa. *Bystander* pada RS terjadi karena adanya pengabaian dari teman-temannya. Menurut Santrock (2003) penolakan ataupun pengabaian dari teman sebaya dapat memengaruhi kesehatan mental



seorang individu. Akibat dari pengabaian dari teman-temannya, RS mengalami kesulitan dalam bergaul dengan teman-teman sebayanya, baik itu di lingkungan sekolah ataupun di lingkungan sosialnya.

Berdasarkan hasil wawancara, terdapat beberapa gejala sosial dan gejala psikologis yang dialami oleh RS yaitu kesulitan terbuka dengan orang lain dan ketidaknyamanan saat bersama orang lain serta perasaan sensitif seperti rasa takut dan cemas. Gejala-gejala tersebut memberikan pengaruh terhadap fisik RS yaitu menurunnya produktivitas RS seperti RS tidak ingin pergi ke sekolah.

Gejala sosial juga ikut memengaruhi faktor *learned helpness* pada RS, yaitu dikarenakan RS kesulitan terbuka dengan orang lain, maka timbul perilaku memendam perasaan dan permasalahan yang dihadapi oleh RS dan sikap RS saat mengalami masalah adalah ia memilih untuk bersikap pasrah dan mendinginkan masalah tersebut tanpa menceritakan kepada orang lain. Gejala psikologis yang dialami oleh RS ikut memengaruhi faktor skema kognitifnya, yaitu RS yang memiliki rasa cemas dan takut yang tinggi akhirnya membuat RS memiliki pikiran-pikiran negatif dan membuat dirinya melakukan tindakan merusak diri dengan mengkonsumsi obat-obatan dalam dosis yang besar.

Terakhir, faktor *bystander* yang dialami oleh RS yaitu tidak adanya bantuan yang diberikan oleh teman sekelas atau pihak sekolah ikut memengaruhi gejala sosial yang dialami oleh RS. Berdasarkan hasil dari tes *Beck Depression Inventory (BDI)*, RS memperoleh skor sebesar 31

dengan intensitas tertinggi terjadi pada gejala psikologis, sosial, dan faktor *bystander*.

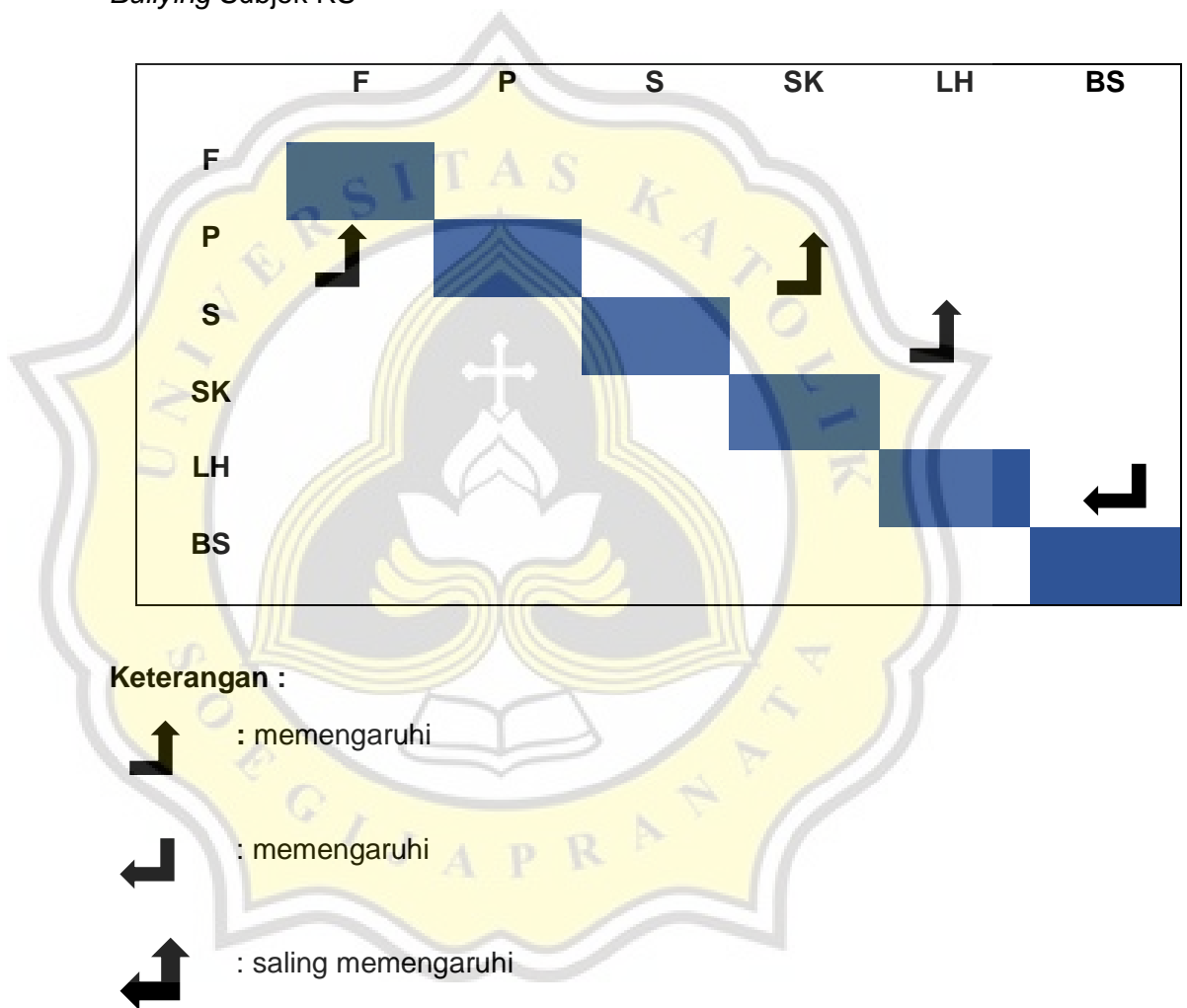
Tabel 4.3 Intesitas Dinamika Depresi pada Remaja Awal yang Mengalami *Bullying* Subjek RS

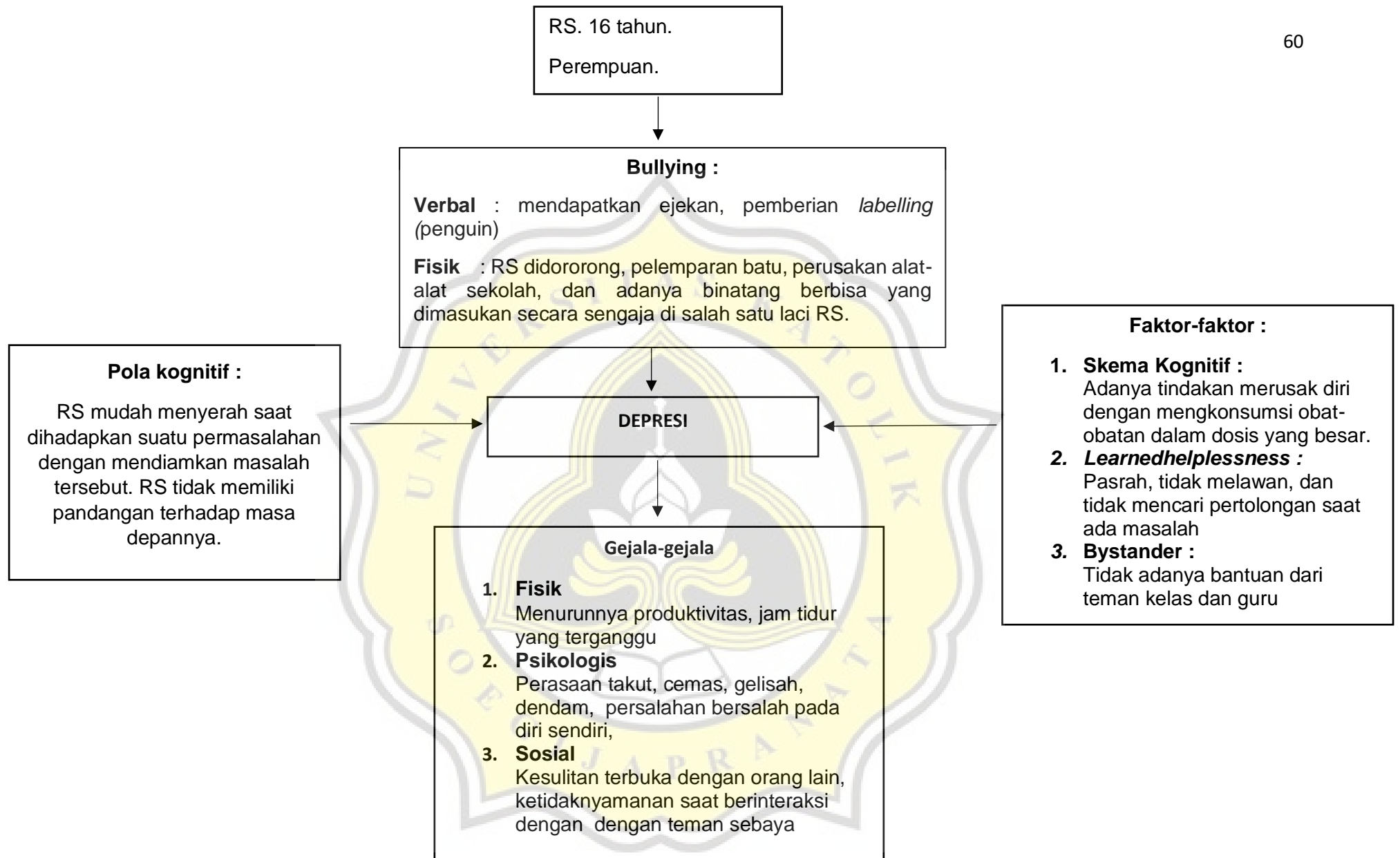
Tema	Intensitas	Keterangan
Fisik	++	Menurunnya produktivitas (tidak ingin pergi ke sekolah), luka pada tubuh, jam tidur yang berantakan
Psikologis	+++	Perasaan yang lebih sensitif (takut, cemas, gelisah), persalahan bersalah pada diri sendiri, serta dendam yang masih ada hingga sekarang,
Sosial	+++	Kesulitan terbuka dengan orang lain, ketidaknyamanan saat berinteraksi, dengan teman sebaya
Skema Kognitif	++	Adanya tindakan merusak diri (mengkonsumsi obat-obatan dalam dosis yang banyak)
Keluarga	+	-
<i>Learned helplessness</i>	++	Pasrah dengan kondisi/permasalahan yang ada (tidak melawan) dan tidak meminta pertolongan
Lingkungan sosial	+	Adanya permasalahan dengan teman sebaya dan tetangga

<i>Bystander</i>	+++	Tidak adanya pemberian bantuan dari teman ataupun pihak sekolah
------------------	-----	---

Matriks 4.1 Dinamika Depresi pada Remaja Awal yang mengalami

*Bullying* Subjek RS





Bagan 4.1 Dinamika Depresi Pada Remaja Awal yang Mengalami Bullying Subjek RS

#### 4.5.2. Subjek I

##### a) Identitas Subjek I

Inisial : I  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Usia : 15 tahun  
Pendidikan : Sekolah Menengah Akhir (SMA)  
Hobi : Menonton *film* dan menyanyi

##### b) Hasil Wawancara dengan I

I merupakan merupakan seorang siswi yang saat ini bersekolah di salah satu SMA di daerah Yogyakarta. I mulai mendapatkan kekerasan *bullying* sejak duduk di bangku Sekolah Dasar (SD), lebih tepatnya saat I kelas tiga. I bercerita bahwa *bullying* yang dia dapatkan pada saat ia duduk di bangku Sekolah Dasar adalah berupa ejekkan. Hal tersebut terjadi dikarenakan penampilannya yang berantakan ditambah tindakan iseng yang dilakukan oleh teman-temannya dengan memasukkan belalang ke dalam pakaian olahraga yang kebetulan pada saat itu I sangat takut dengan belalang. Ejekkan yang diberikan kepada I tersebut dilakukan oleh teman sekelasnya dan hampir dilakukan setiap hari. Akibat dari ejekkan yang diberikan setiap hari tersebut membuat I yang pada saat itu masih SD pernah sampai menangis di sekolahnya.

Pada masa sekarang, I mengalami tindakan *bullying* lagi. Tindakan *bullying* tersebut dilakukan oleh seseorang yang umurnya lebih tua dari I. I mengalami *bullying* melalui media sosialnya, yaitu akun *Instagram* yang dimiliki oleh I diretas tanpa sepengetahuan I. Pada akun *Instagram* I tersebut sudah tertulis hal-hal tidak senonoh dalam *story* Instagramnya yaitu kalimat

“Open BO”. Kejadian *bullying* ini terjadi dikarenakan adanya kesalahpahaman antara I dengan seorang laki-laki yang I kenal melalui media sosial dan pasangan dari laki-laki tersebut.

Akibat dari kejadian tersebut, I mengaku bahwa ia menjadi sosok yang lebih tertutup dan mudah tersulut emosi dibandingkan sebelumnya. I juga merasa takut, cemas, merasa tidak tenang, dan selalu berpikir negatif secara berlebihan saat mengingat *bullying online* tersebut hingga sampai membuat tubuhnya gemetar. Menurut I ia merasa takut dan tidak tenang karena alasan yang pertama hingga sekarang akun *Instagram* miliknya tersebut tidak dapat dipulihkan dan alasan kedua di dalam akun *Instagramnya* tersebut terdapat foto-foto pribadi miliknya.

I sudah berusaha untuk menanyakan *password* akun *Instagramnya* yang diganti kepada pelaku, namun jawaban dari pelaku adalah ia tidak mengetahui *password* tersebut. Selain adanya permasalahan *bullying* tersebut, beberapa bulan yang lalu I mengaku ia sempat mengalami konflik dengan salah satu teman sebayanya. Permasalahan tersebut dilandasi kesalahpahaman antara orang tua teman I dengan I yang berakibat nama baik dari I menjadi jelek dan teman I tersebut tidak diperbolehkan bermain dengan I.

I juga menuturkan bahwa beberapa minggu terakhir ini banyak sekali perubahan yang ia alami, baik secara fisik seperti adanya perubahan pada pola tidurnya, menurunnya berat badan yang disebabkan oleh *stress*, dan merasakan rasa sakit pada tubuhnya terutama pada kepalanya. Selain mengalami perubahan secara fisik, secara emosi pun I mengaku mengalami

beberapa perubahan. Menurut I, ia sering tiba-tiba meluapkan emosi marahnya, mudah tersinggung pada hal-hal sepele, merasa sering gelisah, dan merasa takut.

Berdasarkan penuturan I, I mengaku bahwa ia adalah seseorang dengan tipe yang suka menyendiri namun ia juga sangat suka bermain dan berkumpul dengan teman-teman sebayanya. I mengaku merasa nyaman saat berkumpul bersama teman-temannya. Menurut I saat ia bersama dengan teman-temannya ia merasa tidak sendirian.

Walaupun I merasa senang saat berkumpul dengan teman-temannya, I mengaku sering merasa *insecure* dan tidak percaya diri. Terkadang I suka membanding-bandingkan dirinya dengan salah satu temannya secara fisik . I kadang merasa ia hanya menjadi beban ketika sedang mengerjakan tugas kelompok bersama teman-temannya karena I mengaku kalau dia terkadang suka lambat dalam berpikir dan merasa grogi saat memamparkan hasil tugas kelompoknya. I merasa ketika tugas kelompoknya tidak mendapatkan hasil yang baik itu karena dirinyalah yang membuat pekerjaan itu berantakan. Hal itu membuat I kecewa, frustrasi, dan tidak bisa tenang memikirkan kegagalan tersebut.

Munculnya pandemi saat ini membuat I mulai jarang berkumpul dengan teman-temannya. I banyak menghabiskan waktu di rumah, lebih tepatnya menghabiskan waktu sendiri di kamarnya. I merasa tidak nyaman saat berkumpul atau bahkan sekedar makan bersama dengan orang tuanya.

I mengaku bahwa ia lebih nyaman dan lebih tenang saat sendiri di kamar padahal dulu I sangat sering untuk berbagi cerita dengan kedua orang

tuanya. I merasa mendapatkan tekanan dari keluarganya dan lingkungan sekitarnya. I bercerita bahwa satu bulan yang lalu terjadi masalah antara I dengan kedua orang tuanya. I menuturkan bahwa ia sangat sering dibandingkan oleh keluarganya baik dengan sepupunya ataupun dengan adik kandungnya. I juga sering mendapatkan kalimat tidak menyenangkan seperti “tidak berguna” oleh orang tuanya . Kalimat “tidak berguna” yang diberikan oleh orang tua I membuat I sedih dan berpikir bahwa dirinya benar-benar tidak berguna.

I juga merasa bahwa kedua orang tuanya tidak menyayangi dirinya lagi. Saat peneliti bertanya apakah I pernah menyampaikan perasaannya kepada orang tua, I menjawab ia sudah pernah menyampaikan perasaan tidak sukanya kepada orang tuanya akan tetapi respon dari orang tua I adalah tidak mempedulikan ucapan dari I. Saat I hendak meminta saran dari orang tuanya pun saran dari orang tua I tersebut tidak sesuai dengan yang I harapkan. Hal itu membuat I kesal dan setelah itu I mengaku sudah tidak pernah lagi menyampaikan perasaannya ataupun sekedar bercerita kepada orang tuanya.

Selain mendapatkan *bullying* dan adanya tekanan dari orang tua, I mengaku bahwa akhir-akhir ini dia sering menangis tanpa ada penyebab atau tanpa alasan. I juga menambahkan bahwa sering muncul perasaan bersalah pada dirinya akan tetapi I tidak mengetahui alasan dari perasaan bersalah tersebut. Saat wawancara I mengaku bahwa ia sering memikirkan untuk melakukan tindakan bunuh diri hingga saat ini.



Bahkan I sudah pernah melakukan percobaan bunuh diri. Upaya percobaan bunuh diri pertama yang dilakukan I terjadi pada saat I duduk di kelas 8. Percobaan bunuh diri yang I lakukan saat ia di kelas 8 adalah dengan melakukan *self-harm* dengan menyayat pergelangan tangannya dan mengonsumsi *paracetamol* dalam dosis yang berlebihan. Percobaan bunuh diri kedua yang I lakukan kembali pada saat I duduk di bangku SMA sekarang. Tindakan percobaan bunuh diri yang dilakukan I adalah dengan melakukan *self-harm* dengan mengiris pergelangan tangannya dan I menjawab bahwa luka dari *self-harm*nya baru saja sembuh. Selain itu akhir-akhir ini juga I baru menyadari bahwa ia mengalami tremor pada kedua tangannya.

I mengaku saat dirinya sedang mengalami emosi negatif ataupun sedang dalam masalah, I akan melampiaskannya kepada adiknya dengan memarahi atau membentak adiknya. Selain marah, cara I meluapkan emosinya juga dengan cara menangis dan I juga mengaku bahwa akhir-akhir ini ia sering menangis tanpa ada alasan yang jelas. Selain itu agar I bisa melupakan emosi negatif ataupun masalahnya I biasanya memilih untuk tidur.

I akan merasa panik dan bingung untuk menceritakan permasalahannya kepada orang lain sehingga pada akhirnya I akan memendam masalah itu sendiri. I mengaku bahwa dia ingin sekali untuk sekedar membela dirinya di saat dia sedang dalam masalah namun dia tidak pernah melakukan hal tersebut. Alasannya karena menurut I saat dia melawan, I takut jika nanti masalah tersebut makin besar. Maka dari itu, I selalu memilih untuk diam .

### c) Triangulasi

P merupakan teman sekelas dari subjek I. P mengaku sudah mengenal I sejak mereka duduk di bangku SMA. Menurut P, I adalah tipe orang dengan suasana hati yang mudah berubah-ubah. Menurut P juga I bukanlah tipe yang mudah bergaul dengan orang lain dan I lebih suka menyendiri. I pernah cerita kepada P bahwa ia merasa *insecure* dengan fisik dan penampilannya dan I suka membandingkan dirinya dengan teman-temannya sehingga membuat I tidak percaya diri dengan dirinya sendiri.

P membenarkan bahwa I memiliki masalah dengan keluarganya, yaitu I selalu dibanding-bandingkan dengan saudara dan sepupu oleh orang tuanya. Selain memiliki masalah dengan keluarganya, P juga membenarkan bahwa I juga memiliki permasalahan dengan lingkungan sosialnya, yaitu permasalahan dengan teman sebayanya dan tetangga di sekitar rumah I yang berawal dari kesalahpahaman dan omongan tetangga sekitar mengenai I. P juga ikut mengetahui dampak dari *bullying* secara *online* yang dialami oleh I, yaitu I sering mengeluhkan rasa sakit pada kepalanya dan I sering mengkonsumsi obat *paracetamol* agar I bisa tertidur. P menambahkan pada akhir-akhir ini ia juga melihat perilaku *tremor* dari P.

Lalu P juga menambahkan ketika I memiliki masalah, I tidak akan menceritakan permasalahan tersebut dengan orang lain. I akan terus memikirkan masalah tersebut hingga I tidak bisa tertidur. Namun dari pengamatan P, terkadang I melampiaskan emosi negatifnya ke sosial media, seperti menulis status ataupun mengunduh sebuah video ke sosial mediana.

#### **d) Analisa Kasus Subjek I**

I merupakan seorang perempuan berusia 16 tahun dan ia mendapatkan tindakan *bullying* pada saat I masih SD dan pada saat I duduk di bangku SMA sekarang. Pada saat I mengalami *bullying* secara *online*, I sudah berusia 15 tahun yang berarti I tergolong masuk ke dalam masa remaja awal (Hurlock, 2003). I memiliki beberapa kegemaran yang disukainya, yaitu menyanyi dan menonton film.

I menceritakan bahwa ia sudah mengalami *bullying* pada saat ia masih SD. *Bullying* yang diterimanya pada saat ia masih SD yaitu ejekkan dikarenakan ia memiliki penyakit dan adanya kalimat-kalimat yang dilontarkan untuk merusak relasi I dengan teman-temannya. *Bullying* tersebut terjadi selama 2 tahun ketika ia di SD dulu. Namun, ada beberapa dampak yang dirasakan oleh I semenjak ia mendapatkan *bullying* saat itu, yaitu jam tidur yang terganggu, merasa enggan untuk berangkat ke sekolah, tidak mau bermain dengan teman-teman sebaya (bahkan dengan teman-teman yang berada di sekitar rumahnya), serta I tidak mau keluar dari kamarnya.

Lalu tahun kemarin, I juga mengalami perundungan melalui media sosial, yaitu adanya peretasan tanpa seizin I terhadap salah satu sosial mediana dan penyalahgunaan serta penulisan hal-hal tidak senonoh di media sosialnya. Hal tersebut membuat I merasa cemas dan ketakutan. Hinduja dan Patchin (dalam Adawiyah, 2019) menjelaskan bahwa *cyberbullying* adalah suatu tindakan kekerasan yang dilakukan secara sengaja dan mengakibatkan kerugian bagi korban melalui media teks elektronik. Kerugian yang didapatkan oleh I adalah namanya menjadi tercemar dan terdapat banyak foto-foto yang berada di sosial media tersebut,

serta akhirnya sosial media I tersebut tidak dapat dipulihkan kembali, serta perasaan cemas dan takut yang dialami oleh I.

Setelah mendapatkan tindakan *bullying* tersebut, I mengalami beberapa perubahan baik secara fisik, psikologis, dan sosialnya. Semenjak mendapatkan *cyberbullying* tersebut I mengaku mengalami gangguan dalam pola tidurnya dan akibat terganggunya jam tidurnya tersebut membuat I sering mengalami sakit pada kepalanya. Hal itu juga didukung oleh pernyataan dari *significant person* yang mengatakan bahwa I seringkali mengonsumsi obat agar bisa tertidur dan untuk meredakan sakit pada kepalanya. Selain terjadi gangguan pada pola tidur dan merasakan sakit pada fisiknya,

Perubahan psikologis juga I rasakan pada dirinya. I mengaku bahwa ia mengalami perasaan gelisah, cemas, takut, dan sering kali merasa cepat tersinggung. I juga mengaku sering merasa bersalah walaupun tidak ada alasan yang kuat terkait dengan perasaan tersebut. Eimerbrink, Scielzo, dan Campbell (dalam Febriana, 2017) menjelaskan bahwa adanya perubahan yang terjadi pada emosi seperti rasa takut, depresi, cemas, tidak berdaya dan putus asa merupakan sesuatu yang krisis yang terjadi pada korban tindakan *bullying*.

Hidayatullah (dalam Aini & Apriana, 2018) mengungkapkan *cyberbullying* dapat memberikan dampak yang sangat buruk terutama bagi orang-orang yang memiliki perasaan rendah diri, berisiko mendapatkan celaan dan hinaan yang dapat dilihat secara langsung oleh orang lain, dan tidak hanya menyebabkan depresi tetapi juga dapat meningkatkan risiko bunuh diri. I menyampaikan bahwa status yang dituliskan pada *story* sosial

mediannya yaitu berkaitan dengan seksual membuat I merasa takut, cemas, dan gelisah ditambah akun yang dimilikinya tidak bisa kembali.

Perasaan rendah dirinya juga diperparah karena adanya konflik yang sering terjadi diantara I dan orang tuanya. I seringkali mendapatkan kata-kata kurang menyenangkan dari orang tuanya seperti “anak tidak berguna” dan I sering dibanding-bandingkan dengan saudara dan juga sepupunya. Perlakuan yang diberikan orang tuanya tersebut membuat konsep diri pada I menjadi negatif. I selalu menganggap dirinya sebagai sosok yang tidak berguna. Tidak adanya kehangatan antara orang tua dan anak dan adanya konflik antar anak dan orang tua dapat meningkatkan risiko depresi serta kecemasan pada anak (Yap, Ryan, & Jom dalam Kasoema, 2020)..

Yuwono (dalam Lubis, 2016) menjelaskan bahwa pemberian *labelling* kepada individu dapat mengakibatkan individu tersebut frustrasi dan dapat berujung pada depresi berat dan tahap ekstrimnya dapat mendorong seseorang untuk melakukan bunuh diri. Lubis (2016) juga menambahkan tindakan bunuh diri terjadi karena individu tersebut kurang mendapatkan dukungan sosial dari sekitarnya dan adanya penolakan dapat menghasilkan trauma emosional pada individu yang berakibat kerentanan dalam menghadapi tekanan hidup. Pemberian *labelling* yaitu “anak tidak berguna” dan adanya sikap membanding-bandingkan dari orang tua I membuat konsep diri pada I menjadi negatif. Konsep diri yang negatif tersebut akhirnya memengaruhi skema kognitif dari I dan membuat I memikirkan bahkan melakukan tindakan merusak dirinya sendiri.

I mengaku bahwa ia sudah melakukan *self-harm* dengan cara menyayat pergelangan tangannya dikarenakan sudah merasa lelah karena terus menerus dikatakan “anak tidak berguna” dan selalu dibandingkan dengan saudara kandung ataupun dengan sepupunya. Adanya ketidakpuasan terhadap anggota keluarga memengaruhi perkembangan depresi I (Lubis, 2016). Kualitas hubungan dengan orang tua dan remaja dapat dilihat berdasarkan keakraban, rasa aman, kepercayaan, dan kasih sayang serta ketanggapan (Lestراسi dalam Kasoema, 2020).

Menurut I, ia tidak terlalu memiliki kedekatan dengan orang tua, ia merasa bahwa orang tuanya tidak menyayangi dirinya. I bahkan tidak pernah lagi menghabiskan waktu bersama dengan orang tuanya seperti bercerita bersama (bahkan ia tidak menceritakan kejadian *bullyingnya* tersebut) dengan orang tuanya. I mengaku lebih nyaman saat sendirian dan menghabiskan waktu di kamarnya. Hal ini dikarenakan di saat I bercerita, orang tuanya tidak memberikan respon yang memuaskan padanya bahkan I pernah tidak mendapatkan respon apa-apa dari orang tuanya.

Lubis (2016) permasalahan dengan lingkungan sosial juga memengaruhi depresi seseorang. I sering kali memiliki permasalahan dengan lingkungan sosialnya, baik dengan teman sebayanya dan juga tetangganya yang membuat ia kadang merasa tidak nyaman ketika harus bersosialisasi dengan orang lain. Saat I memiliki masalah pun, I tidak menceritakan masalah tersebut dengan orang lain ataupun dengan orang tuanya. Ia lebih memilih untuk menyimpan permasalahan tersebut dan bersikap pasrah serta tidak peduli terhadap permasalahan tersebut. Menurut Seligman (dalam Santrock, 2003) remaja yang memiliki gangguan depresi akan bersikap apatis dan tidak

peduli terhadap permasalahannya dikarenakan remaja mengalami penurunan hubungan dengan orang lain ataupun keluarga.

Berdasarkan hasil wawancara, faktor keluarga dan faktor lingkungan sosial ikut memiliki andil dalam memengaruhi gejala psikologis dan gejala sosial yang dialami oleh I, yaitu adanya permasalahan dengan teman sebaya dan ketidakpuasan dari salah satu anggota keluarga. Lalu adanya kalimat yang tidak menyenangkan dari orang tua memengaruhi gejala psikologis I yaitu timbulnya perasaan bersalah serta timbulnya perasaan tidak berguna pada diri I. Pada gejala sosialnya I kesulitan untuk terbuka dengan orang lain dan anggota keluarganya karena I tidak pernah mendapatkan respon yang I inginkan dari kedua orang tuanya dan teman-temannya. Selain faktor keluarga dan faktor lingkungan sosial, faktor *learned helplessness* pada subjek I juga ikut dipengaruhi oleh kedua faktor tersebut, yaitu I lebih memilih untuk memendam dan mendiamkan masalah yang terjadi karena baik teman atau orang tua I tidak pernah memberikan respon yang memuaskan saat I menceritakan masalahnya.

Gejala psikologis lainnya yang dialami oleh I, yaitu perasaan yang lebih sensitif, perubahan *mood* serta I sering menangis tanpa ada alasan yang jelas memengaruhi skema kognitif I yaitu I memiliki konsep diri yang rendah dan akhirnya melakukan tindakan merusak diri dengan menyayat pergelangan tangannya serta mengonsumsi obat-obatan dengan dosis yang besar. Selain itu Beck (dalam Lubis, 2016) juga menjelaskan bahwa individu yang mengalami depresi memiliki pola kognitif yang berbeda yaitu mereka akan menganggap dirinya tidak berharga dan akan menyalahkan dirinya sendiri terhadap suatu kejadian. Pola kognitif tersebut juga ditemukan pada

subjek I yaitu subjek I merasa dirinya tidak berharga dan tidak berguna juga subjek I merasa apabila terjadi kegagalan pada pekerjaannya (terutama yang bersangkutan dengan berkelompok) itu adalah kesalahan dirinya. Selain itu juga Beck (dalam Lubis, 2016) seseorang yang depresi akan memiliki pikiran bahwa orang-orang di sekitarnya tidak mencintainya dan subjek I juga memiliki pemikiran seperti itu. Subjek I bercerita bahwa kedua orang tuanya tidak lagi mencintai dirinya dan malah lebih mencintai dan menyayangi adiknya.

Berdasarkan hasil dari tes *Beck Depression Inventory (BDI)*, I memperoleh skor sebesar 58 dengan intensitas gejala depresi tertinggi terjadi di gejala psikologis dan sosialnya. Faktor-faktor yang memiliki intensitas tinggi dan memengaruhi depresi pada I adalah keluarga, skema kognitif, dan *learned helpness*.

Tabel 4.4 Intensitas Dinamika Depresi pada Remaja Awal yang Mengalami *Bullying Subjek I*

Tema	Intensitas	Keterangan
------	------------	------------

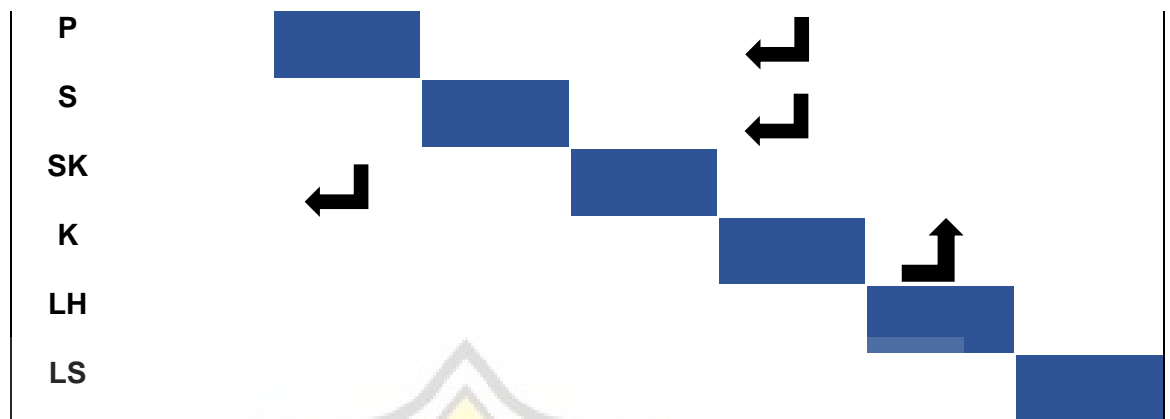


Fisik	++	Adanya gangguan pada pola tidur, menurunnya berat badan, dan adanya keluhan sakit pada kepala.
Psikologis	+++	Perasaan yang lebih sensitif dan terjadi perubahan <i>mood</i> (lebih emosian, mudah tersinggung, gelisah), sering menangis tanpa ada alasan, timbul perasaan bersalah, muncul perasaan tidak berguna..
Sosial	+++	Tidak nyaman saat bersama orang lain (orang terdekat), tertutup, kesulitan terbuka dengan orang lain,
Skema Kognitif	+++	Tindakan merusak diri dengan melakukan <i>cutting</i> dan mengkonsumsi obat-obatan dengan jumlah yang banyak
Keluarga	+++	Adanya permasalahan antar keluarga, ketidakpuasan dengan salah satu anggota keluarga (membandingkan antar anggota keluarga, ucapan dengan konteks negatif yang diucapkan oleh keluarga, respon yang tdk memuaskan yang diberikan anggota keluarga)
<i>Learned helplessness</i>	+++	Pasrah dengan permasalahan yang dihadapi dan mendiamkan masalah tersebut
Lingkungan sosial	++	Adanya permasalahan dengan teman sebaya

Matriks 4.2 Dinamika Depresi pada Remaja Awal yang Mengalami

Tindakan Bullying Subjek I

	F	P	S	SK	K	LH	LS
F							



Keterangan :



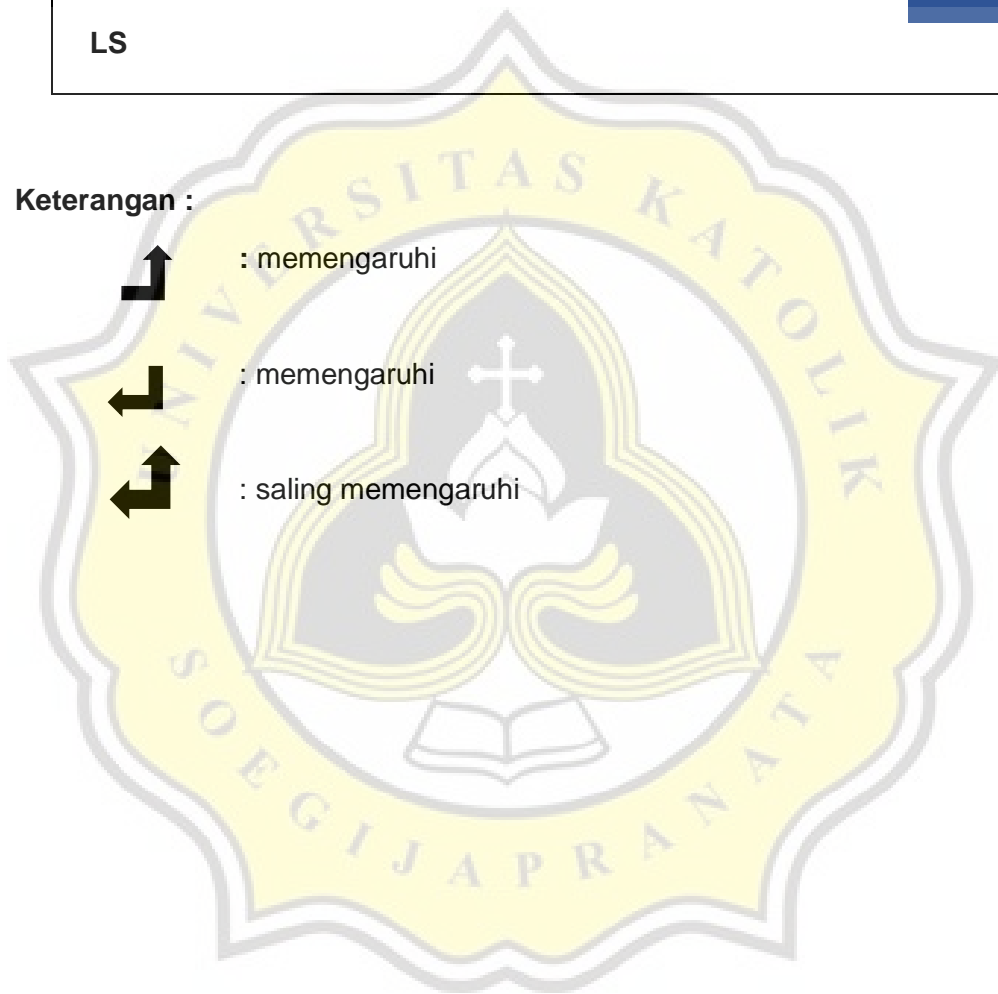
: memengaruhi

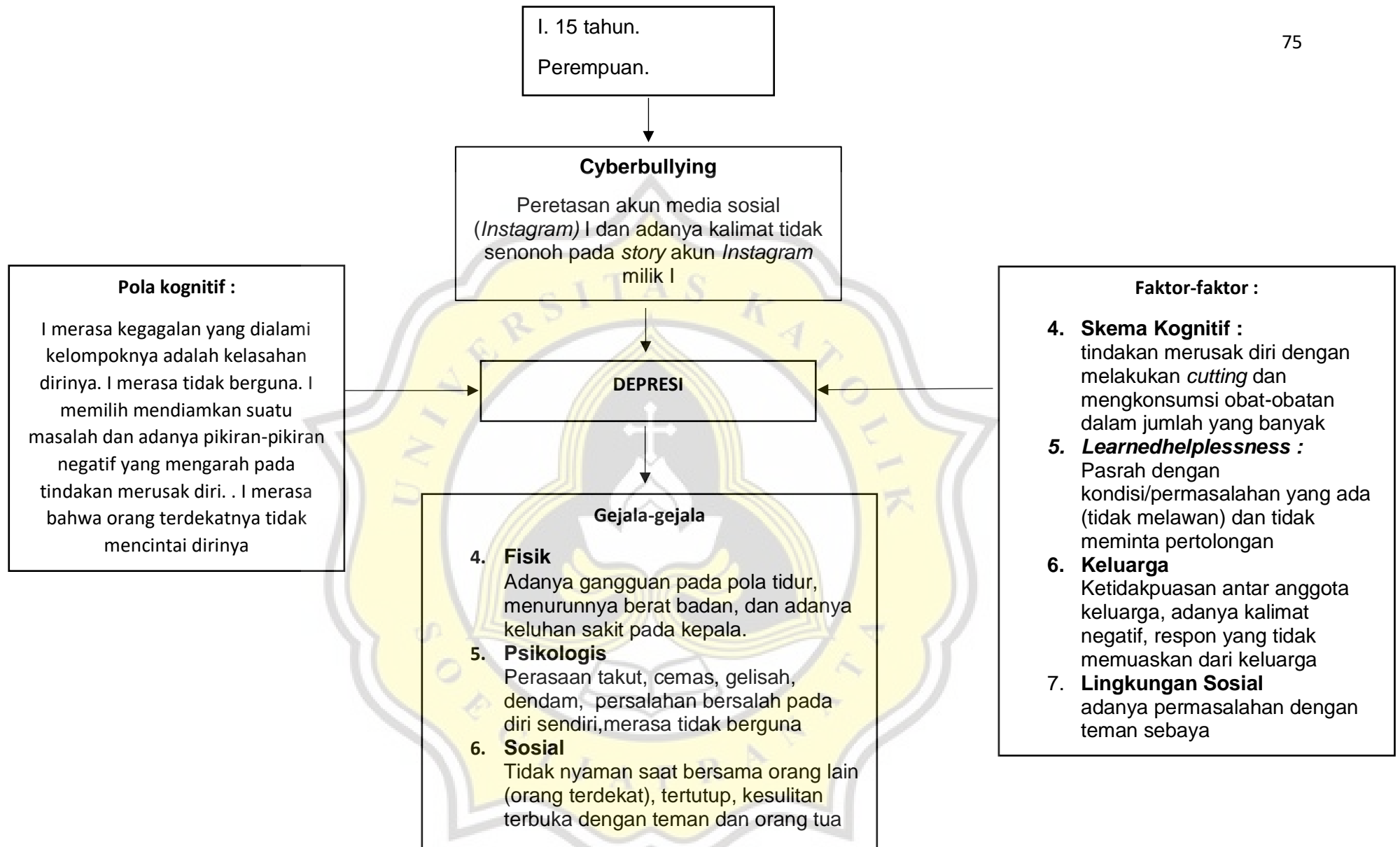


: memengaruhi



: saling memengaruhi





Bagan 4.2. Dinamika Depresi Pada Remaja Awal yang Mengalami Bullying Subjek I

### 4.5.3. Subjek MP

#### a) Identitas Subjek MP

Inisial : MP  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Usia : 17 tahun  
Pendidikan : Sekolah Menengah Akhir (SMA)  
Hobi : Bermain musik dan bermain *game online*

#### b) Hasil Wawancara dengan MP

MP adalah seorang siswi yang pada saat ini sedang menempuh pendidikan SMA di kota Pangkalpinang. MP mulai mendapatkan kekerasan *bullying* pada saat ia duduk di kelas 1 SMA, tepatnya sesudah UTS dilaksanakan. MP menceritakan bahwa awal mula dirinya mengalami tindakan *bullying* adalah berawal dari rasa kesalnya terhadap teman-teman kelasnya yang membuat kegaduhan di saat guru tidak ada di kelas.

Suasana yang semakin gaduh dan tidak kondusif membuat MP memutuskan untuk mencari guru dan mengadukan kegaduhan tersebut. Setelah menemui guru, MP menuturkan tidak langsung kembali ke kelas namun ia memutuskan untuk pergi berkeliling sekolah. Setibanya MP di kelas, suasana sudah hening dan sudah ada guru yang sedang menasihati teman-temannya. Menurut MP, dari situlah awalnya ia mulai mendapatkan *bullying* bahwa ia yang mengadu kepada guru hingga teman satu kelasnya mendapatkan teguran.

*Bullying* yang diterima oleh MP adalah *bullying* secara verbal dan juga *bullying* secara sosial. Perlakuan yang didapatkan oleh MP adalah

seperti adanya pembentakan, dikucilkan oleh teman-teman kelas, pendiaman, dan juga sindiran-sindiran. MP mendapatkan *bullying* tersebut saat ia berada di dalam kelas dan *bullying* tersebut dilakukan oleh beberapa orang. Namun beberapa orang tersebut mulai menghasut teman-teman yang lain sehingga hampir dari satu kelas tersebut mulai ikut membully MP.

Dampak yang dirasakan oleh MP saat itu adalah munculnya perasaan gelisah terutama saat ia berada di kelas dan pada saat dimulainya pelajaran dan adanya rasa bersalah yang sering muncul. MP juga mengaku bahwa ia mengalami kesulitan berinteraksi pada saat pelajaran dimulai seperti ia kebingungan ketika hendak bertanya mengenai pelajaran yang tidak ia mengerti hingga MP pernah enggan untuk masuk ke sekolah. Walaupun begitu MP tidak merasakan kesulitan ataupun hambatan saat mengerjakan tugas secara individu.

MP mengatakan bahwa tindakan *bullying* yang dialami tidak terlalu banyak berpengaruh pada kehidupannya. Menurut MP selama ia bersekolah ia merasa normal-normal saja seperti tidak terjadi perubahan pada nafsu makan ataupun berat badan, bahkan tidak terjadi perubahan *mood* secara ekstrim. Namun MP mengeluhkan bahwa pernah merasakan rasa sakit pada tubuhnya, yaitu pada persendian, energi yang tiba-tiba menurun, dan merasa cepat kelelahan, serta tidak fokus.

Pemikiran yang terus timbul dalam diri MP saat mengingat kejadian *bullying* tersebut adalah perasaan menyesal. MP mengaku perasaan menyesal yang sering ia pikirkan adalah mengapa ia harus melaporkan

kejadian tersebut dan juga mengapa ia tidak segera kembali ke kelas sesudah melapor ke guru. Saat kejadian *bullying* tersebut MP juga mengaku ketakutan dikarenakan pelaku yang melakukan *bullying* tersebut memiliki jumlah yang banyak. Menurut MP yang selain jumlah pelaku yang membuat dia ketakutan, sindirian-sindirian yang diberikan oleh pelaku cukup membuat mental dari MP jatuh. Namun, sekarang MP sudah merasa biasa saja saat mengingat kembali kejadian tersebut.

Alasan MP tidak terlalu memusingkan kejadian *bullying* tersebut adalah MP lebih memfokuskan dirinya pada hubungan percintaannya dengan pasangannya. Menurut MP pasangannya tersebut selalu menemani dan mendukung MP dalam kondisi apapun. Bahkan MP mengaku bahwa ia lebih tertekan ketika ia mendapatkan masalah di dalam hubungannya dengan pasangannya, dibandingkan dengan *bullying* yang dia alami di sekolah. Menurutnya permasalahan *bullying* tidak sepenting permasalahan percintaan miliknya.

Selain adanya dukungan dari pasangan, MP juga mendapat dukungan dari teman terdekatnya dan juga beberapa adik kelas yang selalu memberikan semangat kepada MP. Menurut MP sendiri ia tidak merasa kesulitan dalam bersosialisasi. Menurut MP dirinya adalah seseorang yang tidak suka menjaga *image*, lebih percaya diri ketika menjadi dirinya sendiri, dan juga *friendly*. MP juga menambahkan ia tidak malu untuk memulai pembicaraan di saat sedang bersama orang baru. Walaupun MP adalah sosok yang terbuka secara sosial. MP juga bercerita bahwa dia tidak terlalu terbuka apabila menceritakan permasalahannya. Sebelum kejadian *bullying* MP suka sekali menceritakan sesuatu bahkan

yang kecil sekalipun ke orang lain namun sekarang MP mengaku bahwa ia tidak terlalu terbuka dengan orang lain apabila saat ia sedang memiliki masalah.

MP juga tidak menceritakan masalah *bullying* yang dialaminya dengan keluarganya walaupun MP memiliki hubungan yang baik dengan kedua orang tuanya. Menurut MP, hubungan ia dengan keluarganya seperti keluarga pada umumnya, dekat namun untuk berbagi cerita keluarga MP jarang melakukannya. Walaupun MP memiliki hubungan yang terbilang cukup baik dengan keluarganya, MP mengaku terkadang saat ia sedang berkumpul dengan keluarganya ia merasa tertekan dan tidak bebas. Maka dari itu, MP lebih senang berkumpul dan menghabiskan waktu dengan teman-temannya.

MP memberitahu bahwa dirinya memiliki cara apabila dia mengalami masalah yaitu dengan beberapa hari ia akan memikirkan masalahnya selama beberapa hari setelah itu MP berusaha untuk bersikap tenang untuk menemukan solusinya. Ketika MP tidak menemukan solusi, MP juga tidak mengalami hambatan ataupun saat ia hendak mencari teman bicara untuk sekedar meminta saran. MP menambahkan ia lebih suka untuk bercerita tentang masalahnya dengan orang-orang *random* namun orang tersebut sudah dekat dengannya.

### c) Triangulasi

PF merupakan seorang tenaga pendidik di Sekolah Menengah Atas tempat MP bersekolah. PF mengatakan ia cukup mengetahui kejadian

*bullying* yang dialami oleh MP. PF dan MP bisa dikatakan memiliki hubungan yang baik, antara guru dan siswa dan MP sangat terbuka dengan PF.

PF mengakui ada beberapa permasalahan di lingkungan sosial, terutama dalam pertemanan MP. Menurut PF, MP merupakan sosok yang ambisius, memiliki pemikiran yang dewasa dan suka mengatur. Sosok dominan tersebutlah yang membuat beberapa teman MP menjadi tidak terlalu senang dengan MP dan akhirnya menjauhi MP.

Menurut PF bahwa dampak yang dirasakan oleh MP karena kejadian *bullying* tersebut adalah timbulnya perasaan tidak dihargai oleh teman. MP merasa perjuangannya sia-sia selama di sekolah karena diabaikan oleh teman--temannya Menurut FP berdasarkan cerita dari MP, MP mengalami pengabaian yang dilakukan oleh teman-teman sekolahnya, dan adanya perlakuan tidak menyenangkan lainnya setelah MP mendapatkan *bullying* tersebut seperti beberapa kelompok memberikan respon tertawa saat ada seseorang yang menanyakan sosok MP.

Adanya permasalahan dalam lingkungan sosialnya (pertemanan) yaitu sosok MP yang terlalu perfeksionis dan menuntut membuat teman-temannya tidak suka dengan sikap MP yang seperti itu. PF juga membenarkan bahwa di dalam keluarga MP juga dituntut harus bisa menjadi contoh buat adik-adiknya, seperti MP jangan membuat masalah agar bisa memberikan contoh yang baik kepada adik-adiknya. PF juga menambahkan bahwa hubungan keluarga MP dengan MP hanya kurang



dalam komunikasi saja sehingga menciptakan jarak diantara MP dengan ayahnya.

#### d) Analisa Kasus Subjek MP

MP merupakan seorang perempuan berumur 17 tahun. Tindakan *bullying* yang dialami MP tersebut terjadi pada saat MP berumur 15 tahun. Menurut Hurlock (2003) seseorang yang berumur 15 tergolong masuk dalam masa remaja awal.

Awal mula MP mendapatkan *bullying* adalah MP merasa risih dengan suasana kelas yang berisik dan MP memutuskan untuk melapor kepada salah satu guru. Namun setelah ia melapor kepada salah satu guru, MP tidak langsung kembali untuk kembali ke kelas keadaan kelas sudah hening. Salah satu teman MP mengetahui bahwa MP yang melapor pada guru dan mulai dari sana MP mendapatkan tindakan *bullying*.

Adanya tindakan konformitas yang dilakukan oleh teman-teman MP kepada MP dapat menyebabkan timbulnya tindakan *bullying* (Ningrum, Matulesy, & Rini, 2019). *Bullying* yang didapatkan oleh MP awalnya dilakukan oleh salah satu teman MP yang kemudian satu persatu teman sekelas mengikuti perilaku dari teman MP tersebut. *Bullying* yang diterima oleh MP adalah berupa sindiran-sindiran dan kata mengejek serta adanya *bullying* relasional, yaitu pengabaian dan penyebaran informasi yang salah yang dilakukan oleh seseorang lalu diikuti oleh teman-teman yang lain.

Wiyani (2014) dampak dari *bullying* yang diterima oleh seseorang di sekolah dapat berupa rasa tidak nyaman saat berada di sekolah, takut, rasa malas untuk datang ke sekolah, mengalami kesulitan dalam sosial,

serta mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi saat belajar di sekolah. Berdasarkan cerita MP, semenjak ia mendapatkan tindakan *bullying* tersebut ia menjadi malas untuk datang ke sekolah dan timbul perasaan tidak tenang saat ia berangkat ke sekolah. Selain itu juga pada saat MP berada di sekolah ia mengaku tidak bisa berkonsentrasi dan fokus saat belajar. MP menjadi tidak akrab dengan teman-teman sekelasnya sehingga membuat MP kesulitan untuk bertanya kepada teman apabila sedang tidak mengetahui mata pelajaran. MP juga merasakan rasa sakit pada tubuhnya terutama pada persendiannya dan merasakan suhu tubuhnya naik.

MP mengaku semenjak ia mengalami tindakan *bullying* tersebut ia merasakan beberapa perubahan, yaitu adanya perasaan bersalah pada saat mengingat kejadian *bullying* tersebut dan perasaan yang lebih sensitif dibandingkan sebelum ia mendapatkan tindakan *bullying* tersebut (Lubis, 2016). Perasaan bersalah yang dirasakan oleh MP adalah ia selalu merasa menyesal telah melapor kejadian rusuh yang terjadi di kelasnya itu kepada guru dan tidak segera kembali ke kelas. Ia selalu berpikir jika saja ia langsung kembali maka kejadian *bullying* ini tidak akan pernah terjadi. Lalu perasaan sensitif yang ia rasakan adalah rasa kesal dan sedih saat mengingat kejadian tersebut. Selain itu MP juga mengaku bahwa ia lebih mudah cepat marah namun rasa marahnya tersebut ia lampiaskan kepada keluarganya, terutama kepada adiknya. MP mengaku tidak bisa meluapkan rasa marah tersebut pada saat ia berada di sekolah walaupun sumber dari rasa marahnya berasal dari sekolah.

Menurut Lubis (2016) adanya faktor genetik juga dapat memberikan risiko terjadinya gangguan depresi pada anggota keluarga. Merujuk pada teori tersebut, diketahui satu anggota keluarganya yaitu neneknya memiliki riwayat gangguan depresi yang saat ini MP dan keluarganya masih merawat beliau. Selain adanya faktor genetic, hubungan antara keluarga juga turut dalam memengaruhi depresi.

Seorang remaja membutuhkan lingkungan yang dapat melindungi dan memberikan dukungan padanya dan keluarga adalah lingkungan terdekat bagi remaja dan di dalam keluarga juga seorang remaja dapat mengembangkan kognitif, fisik, serta sosial-emosionalnya (Kasoema, 2020). Menurut Yap, Ryan, dan Jom (dalam Kasoema, 2020) peningkatan depresi pada seseorang terjadi dikarenakan adanya kerenggangan antara orang tua dan remaja itu sendiri. Pada dasarnya keluarga MP merupakan keluarga yang harmonis dan sejahtera, akan tetapi MP mengaku ada kalanya ia merasa tidak senang dan merasa tidak bebas saat harus bersama-keluarganya karena pada saat ia di rumah ia selalu saja disuruh oleh orang tuanya, terutama oleh ayahnya.

*Significant person* pada subjek MP juga membenarkan bahwa terdapat jarak dalam komunikasi yang terjalin antara MP dengan ayahnya. Hal ini dikarenakan ayahnya merupakan sosok yang tertutup serta kurang bisa terbuka dalam memberikan kasih sayangnya kepada MP sehingga tak jarang menimbulkan kesalahpahaman antara MP dengan ayahnya. MP merupakan anak pertama dari tiga bersaudara sehingga mau tidak mau ia harus dituntut menjadi sosok panutan bagi adik-adiknya sehingga untuk

menjadi sosok panutan tersebut ia tidak menceritakan masalah *bullying* yang dialaminya kepada orang tuanya.

MP mengaku ia tidak pernah bercerita secara intim kepada orang tuanya (seperti membicarakan masalah) tetapi orang tuanya turut aktif mendukung kegiatan yang disukainya. Pendapat MP tersebut juga disetujui oleh *significant person* dengan mengatakan bahwa bentuk dukungan yang diberikan kepada MP adalah orang tuanya memfasilitasi kebutuhan MP dalam bermusik (seperti membelikan alat musik) serta pada saat MP mengadakan konser musik orang tua MP akan selalu hadir.

Selain faktor keluarga, adanya faktor lingkungan sosial juga ikut memengaruhi depresi pada seorang remaja (Lubis, 2016). Pada wawancara, MP mengaku sebelumnya memiliki masalah dengan salah seorang pelaku *bullying* dikarenakan kemampuan MP yang bisa bermain musik, ditambah dengan pernyataan *significant person* bahwa MP merupakan sosok yang perfeksionis sehingga dari sifat perfeksionisnya tersebut MP terkesan terlalu mengatur dan itu membuat teman-teman MP tidak suka dengan sifatnya tersebut.

Menurut Santrock (2003), ketidakadaan hubungan yang dekat dan penolakan dari teman sebaya dapat memberikan dampak pada kesehatan mental remaja tersebut. Hal ini bisa dilihat berdasarkan wawancara dengan MP, pada saat ia di sekolah ia merasa gelisah dan takut terutama pada saat mata pelajaran karena pada saat ia berada di kelas ia tidak dekat dengan teman-teman kelasnya. Namun, MP menyatakan tidak

terlalu memusingkan hal tersebut dikarenakan ia sudah mendapatkan dukungan dari pasangannya.

Berdasarkan hasil wawancara MP, faktor lingkungan sosial memberikan pengaruh terhadap gejala fisik dan gejala sosial pada MP yaitu adanya permasalahan dengan teman sebaya di lingkungan sekolah (di luar tindakan *bullying*) membuat MP merasa malas untuk pergi ke sekolah. MP juga mengaku bahwa ia tidak fokus saat mata pelajaran di mulai dan MP merasa tidak nyaman dan kesulitan berinteraksi saat berada di sekolah, terutama pada saat di kelas.

Selain memengaruhi gejala fisik dan sosial, faktor lingkungan sosial juga ikut memengaruhi gejala psikologisnya, yaitu MP mengalami perasaan yang lebih sensitif seperti gelisah, kesal dan marah saat berada di kelas. Emosi negatif tersebut tidak dapat ia keluarkan saat berada di sekolah dan akhirnya emosi itu ia lampiaskan kepada anggota keluarganya, yaitu adiknya pada saat MP sudah berada di rumah.

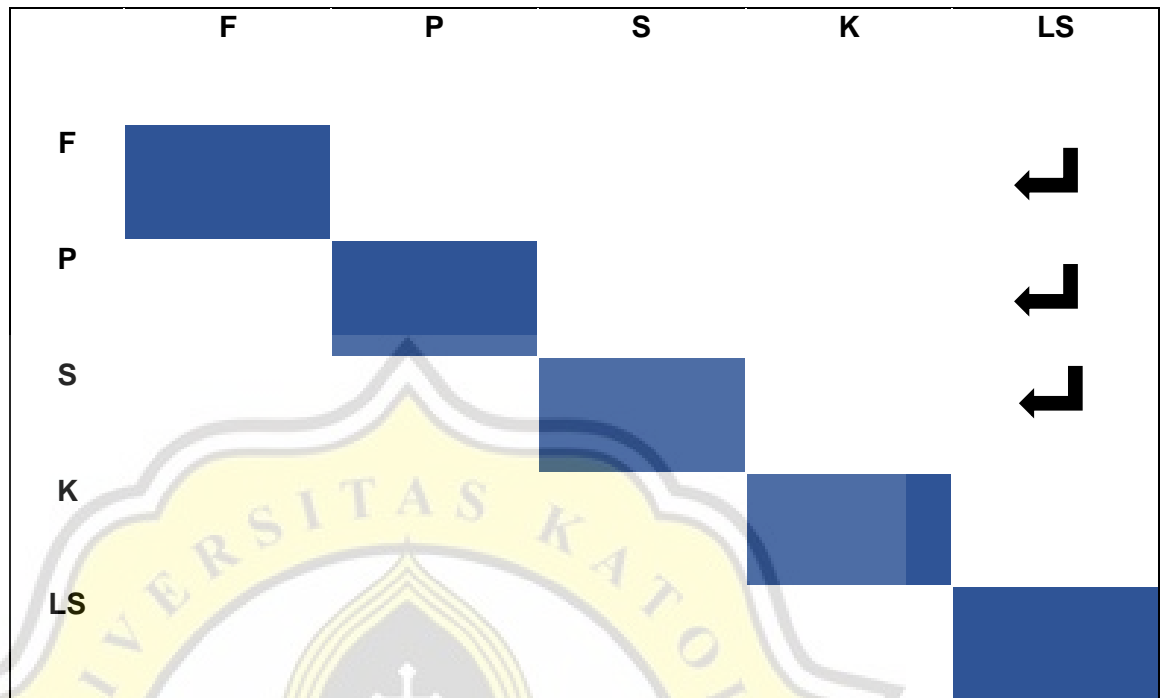
Selain itu pada pola kognitif yang terjadi pada subjek MP adalah MP sering salah dalam menafsirkan interaksi dirinya dengan lingkungan di sekitarnya. Hal itu membuat MP sering merasa tersinggung. Beck (dalam Lubis, 2016) membenarkan bahwa seseorang yang memiliki gangguan depresi akan cenderung salah dalam mengartikan suatu kejadian dan individu tersebut cenderung mengartikan suatu kejadian ke arah yang bersifat negatif.

Berdasarkan hasil dari tes *Beck Depression Inventory (BDI)*, MP memperoleh skor sebesar 18 dengan intensitas tertinggi terjadi pada gejala psikologis, dan faktor lingkungan sosial.

Tabel Intensitas 4.5. Dinamika Depresi pada Remaja Awal yang Mengalami *Bullying* Subjek MP

Tema	Intensitas	Keterangan
Fisik	+++	Merasa cepat lelah, menurunnya produktivitas (rasa malas untuk pergi ke sekolah dan tidak fokus saat belajar di sekolah), adanya rasa sakit pada tubuh (ngilu pada sendi-sendi tertentu)
Psikologis	+++	Perasaan yang lebih sensitif (gelisah, kesal, marah), timbulnya perasaan bersalah,
Sosial	++	Ketidaknyamanan saat bersama orang lain dan kesulitan berinteraksi dengan teman sekelas
Skema Kognitif	+	-
Keluarga	++	Adanya ketidakpuasan terhadap salah satu anggota keluarga dan adanya riwayat salah satu anggota yang mengalami gangguan depresi
Lingkungan sosial	+++	Adanya permasalahan dengan teman sebaya di sekolah

Matriks 4.3 Dinamika Depresi pada Remaja Awal yang Mengalami *Bullying* Subjek MP



Keterangan :



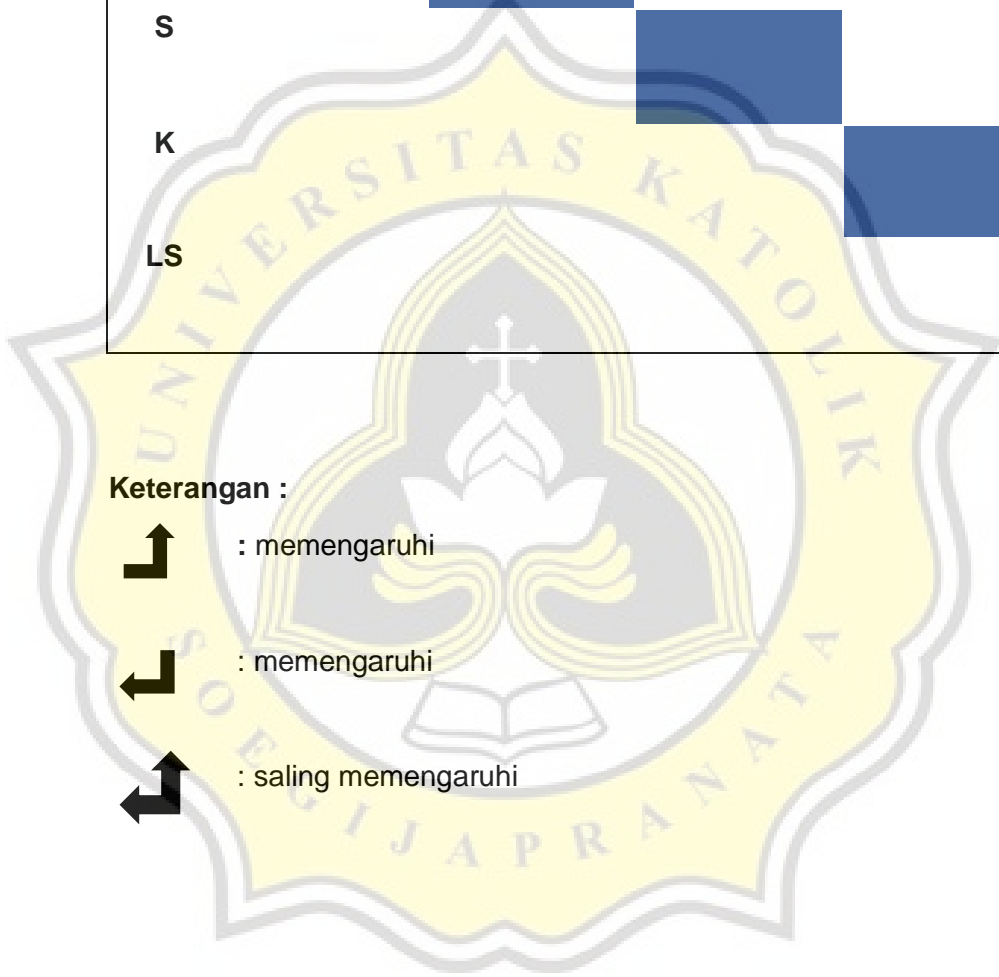
: memengaruhi

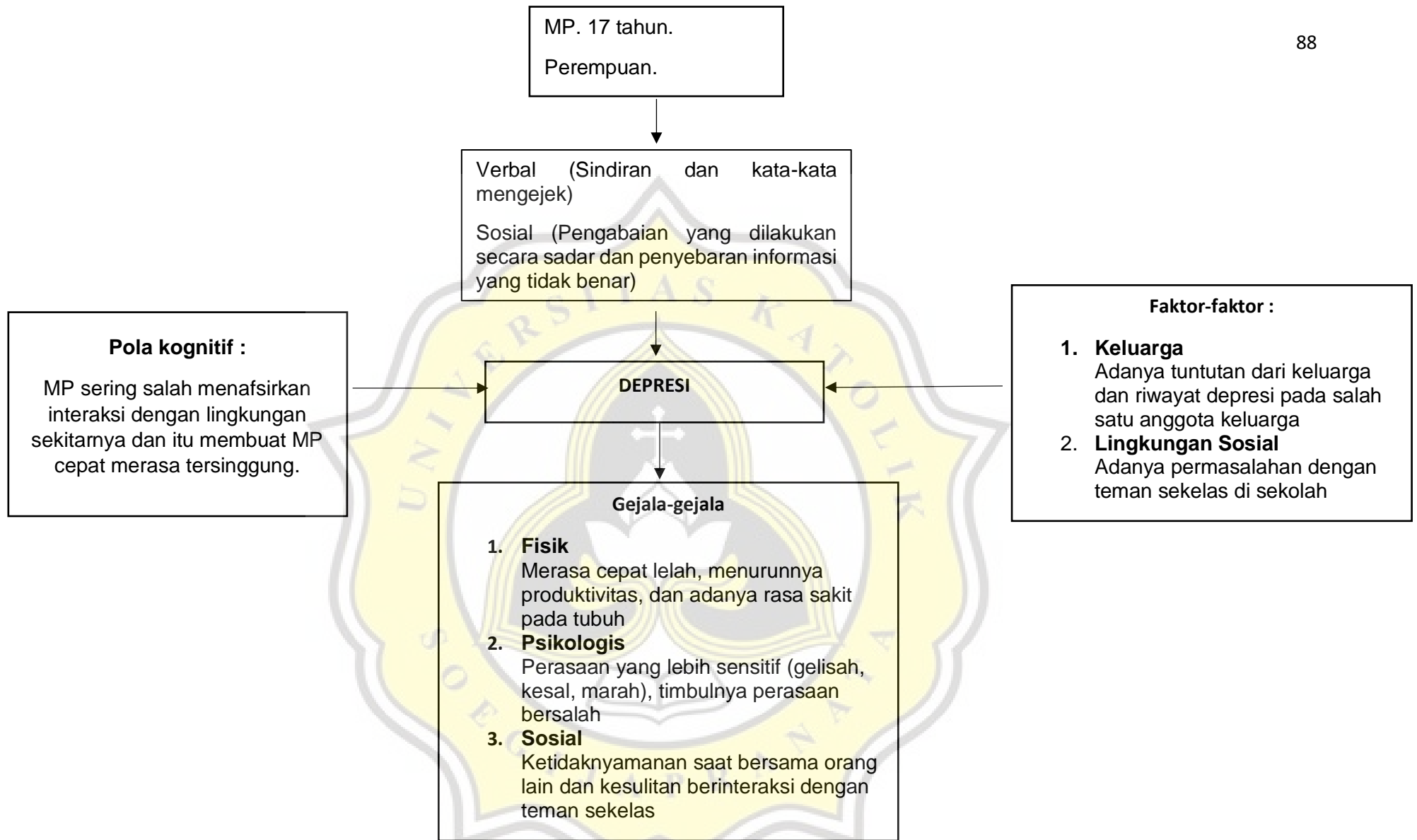


: memengaruhi



: saling memengaruhi





Bagan 4.3 Dinamika Depresi Pada Remaja Awal yang Mengalami Bullying Subjek MP