

## BAB 5

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### 5.1. Hasil Penelitian

##### 5.1.1. Analisis Keseluruhan Data (Rangkuman Semua Kasus)

Berdasarkan hasil dari wawancara dengan ketiga subjek di atas, maka dapat disimpulkan bahwa ketiga subjek tersebut mengalami *bullying* di masa remaja awal. Ketiga subjek tersebut mengalami dinamika depresi yang berbeda, baik dalam segi gejalanya serta faktor-faktor yang memengaruhi depresi dari ketiga subjek tersebut. Selain itu setiap subjek memiliki intensitas yang berbeda-beda, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Berdasarkan hasil wawancara dengan ketiga subjek yaitu RS, I, dan MP mengalami tindakan *bullying* pada saat mereka masih dalam usia remaja awal yaitu umur 12 tahun dan 15 tahun.

Subjek RS mendapatkan *bullying* berupa fisik dan relasional yang dilakukan oleh teman-teman sekelasnya. Dampak dari *bullying* tersebut adalah RS mengalami beberapa luka pada tubuhnya, tidak memiliki teman, serta membuat RS ketakutan untuk datang ke sekolah. Gejala depresi dengan intensitas yang kuat pada subjek RS adalah gejala psikologis serta gejala sosial sosial.

Gejala psikologis yang dialami oleh RS mencakup adanya rasa takut, cemas, gelisah, perasaan bersalah pada diri sendiri, serta dendam kepada pelaku *bullying* yang masih RS rasakan hingga saat ini. Gejala sosial yang dialami oleh RS mencakup kesulitan terbuka dengan orang lain

dan RS merasa tidak nyaman saat berinteraksi dengan teman sekolahnya. Gejala fisik pada subjek RS memiliki intensitas sedang yaitu menurunnya produktivitas RS, jam tidur yang berantakan, serta adanya luka fisik pada tubuh RS.

Selain gejala-gejala tersebut terdapat faktor-faktor yang ikut memengaruhi depresi RS dan faktor *bystander* memiliki intensitas yang tinggi, yaitu tidak adanya pemberian bantuan/pertolongan dari teman dan pihak sekolah saat RS mengalami bullying. Faktor skema kognitif dan *learned helpness* memiliki intensitas sedang yaitu adanya tindakan merusak diri dengan mengkonsumsi obat-obatan dalam dosis yang besar serta perilaku pasrah dan tidak meminta pertolongan terhadap masalah yang dihadapi. Intensitas rendah terjadi di faktor keluarga dan lingkungan sosial yaitu adanya permasalahan dengan teman sebaya dan tetangga.

Pada subjek kedua yaitu subjek I mendapatkan *bullying* berupa *cyberbullying* melalui media sosialnya yaitu *Instagram*. Tindakan *cyberbullying* tersebut dilakukan oleh seseorang yang dikenal oleh I melalui media sosialnya. Dampak yang dirasakan oleh subjek I sebagai akibat dari tindakan *cyberbullying* yang diterima adalah emosi negatif (marah dan sedih) yang tidak stabil, adanya rasa ingin membalas dendam, serta kepercayaan diri pada subjek I menghilang. Pada gejala depresi subjek I ditemukan intensitas tertinggi pada gejala psikologis dan gejala sosialnya.

Gejala psikologis yang dirasakan oleh I adalah mengalami perasaan yang lebih sensitif, terjadi perubahan *mood* seperti lebih

emosian, mudah tersinggung, gelisah, dan sering menangis tanpa adanya alasan yang jelas, timbul perasaan bersalah, serta muncul perasaan tidak berguna. Pada gejala sosial yang dirasakan I adalah I tidak nyaman saat bersama orang lain (terutama dengan keluarga). I lebih menutup diri, dan I kesulitan untuk terbuka dengan orang lain. Gejala fisik pada I memiliki intensitas sedang dan gejala fisik yang dirasakan oleh I adalah terjadi gangguan pada pola tidur (seperti jam tidur yang berantakan), menurunnya berat badan, dan adanya keluhan rasa sakit di bagian kepala.

Selain gejala-gejala depresi tersebut terdapat juga faktor-faktor yang memengaruhi depresi pada subjek I. Faktor skema kognitif, keluarga, dan *learned helpness* memiliki intensitas yang tinggi. Pada faktor skema kognitif kognitif sudah terjadi tindakan merusak diri yang dilakukan oleh I dengan cara memotong (*cutting*) pergelangan tangannya dan I mengkonsumsi obat-obatan dengan jumlah yang banyak. Pada faktor keluarga terjadi permasalahan antar I dengan keluarganya, adanya ketidakpuasan anggota keluarga terhadap I, ucapan dengan konteks negatif yang diucapkan oleh anggota keluarga kepada I, serta respon yang tidak memuaskan yang diberikan orang tua kepada I. Pada faktor *learned helplessness* subjek I adalah I lebih memilih pasrah dan mendiamkan suatu masalah yang terjadi. Faktor lingkungan sosial pada subjek I memiliki intensitas sedang yaitu I memiliki permasalahan dengan teman sebayanya.

Subjek ketiga yaitu MP mengalami tindakan *bullying* berupa *bullying* fisik dan relasional. Tindakan *bullying* tersebut terjadi di sekolah dan dilakukan oleh teman-teman sekelasnya. Dampak dari *bullying* yang dirasakan oleh subjek MP adalah rasa malas untuk bersekolah, tidak fokus

saat belajar, perasaan gelisah, tidak nyaman saat berada di sekolah, dan tidak akrab dengan teman-teman sekelasnya. Pada gejala depresi subjek MP intensitas tertinggi terdapat pada gejala fisik dan gejala psikologis.

Gejala fisik yang dirasakan oleh MP adalah MP merasa cepat lelah, menurunnya produktivitas, dan rasa sakit pada tubuhnya. Pada gejala psikologis yang dirasakan oleh subjek MP adalah perasaan yang lebih sensitif dan timbul perasaan bersalah. Intensitas sedang pada subjek MP terdapat di gejala sosial yang mencakup ketidaknyamanan saat bersama orang lain dan kesulitan berinteraksi dengan teman sekelas.

Pada faktor-faktor yang memengaruhi depresi faktor lingkungan sosial memiliki intensitas tertinggi yaitu MP memiliki permasalahan dengan teman sebaya yang ada di sekolah. Faktor keluarga pada subjek MP memiliki intensitas rendah. Faktor keluarga memiliki intensitas sedang yaitu adanya ketidakpuasan terhadap salah satu anggota keluarga serta adanya riwayat salah satu anggota yang mengalami gangguan depresi yaitu nenek MP.

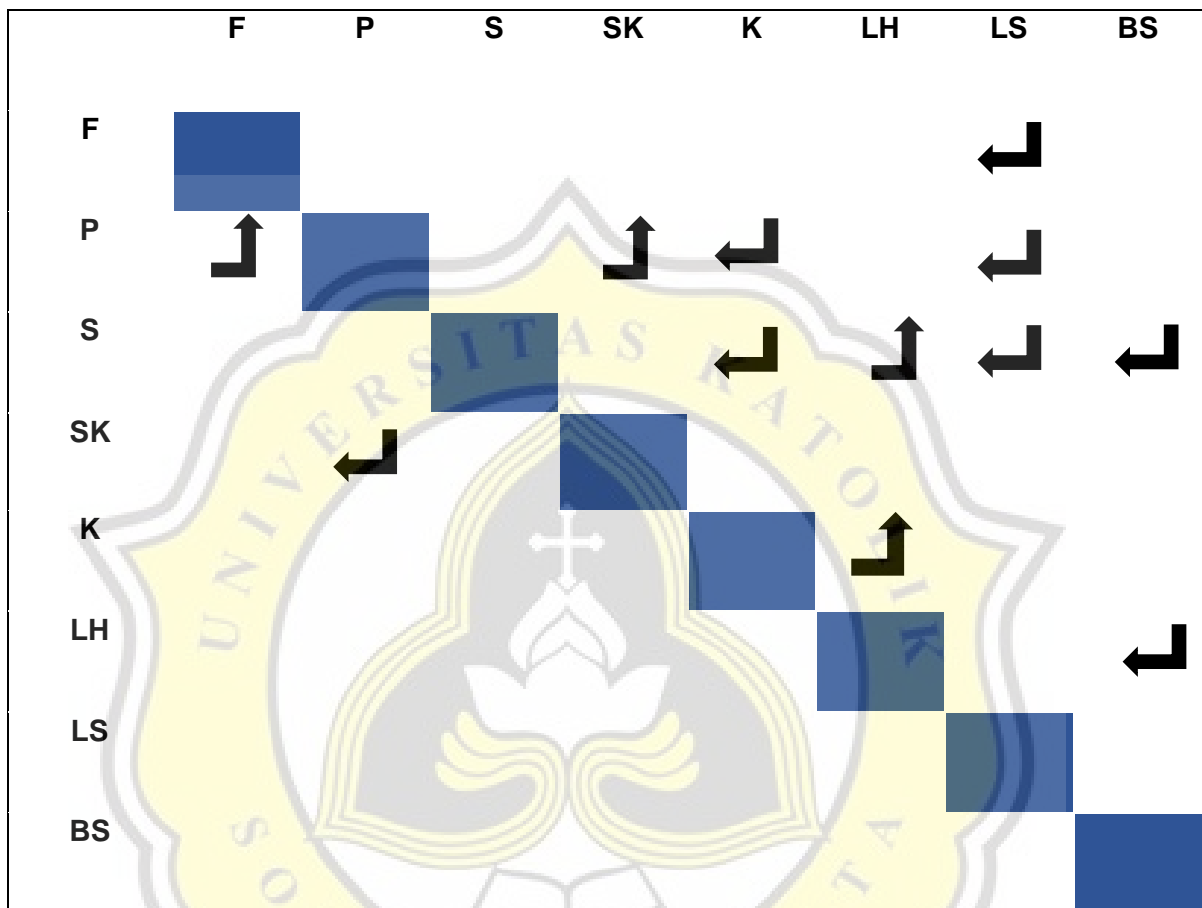
Berdasarkan keseluruhan penjabaran dari hasil wawancara di atas ditemukan kesamaan bahwa ketiga subjek tersebut mengalami gejala psikologis dengan intensitas yang tinggi. Ketiga subjek tersebut mengalami perasaan takut, cemas, dan gelisah sebagai akibat dari tindakan *bullying* yang mereka terima. Selain itu muncul perasaan bersalah dari dalam diri mereka sebagai akibat dari tindakan *bullying*. Namun ketiga subjek juga memiliki faktor-faktor yang ikut memengaruhi depresi mereka. Faktor-faktor tersebut ada yang sama ada juga yang berbeda-beda. Hasil dari tes *Beck*

*Depression Inventory* yang sudah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Ginting, dkk (2016) menunjukkan skor tertinggi diperoleh oleh subjek I dengan nilai 58, subjek RS dengan nilai 31, dan subjek MP memperoleh nilai 18.



Matriks 5.1 Dinamika Depresi pada Remaja Awal yang mengalami

*Bullying* seluruh subjek



Keterangan :



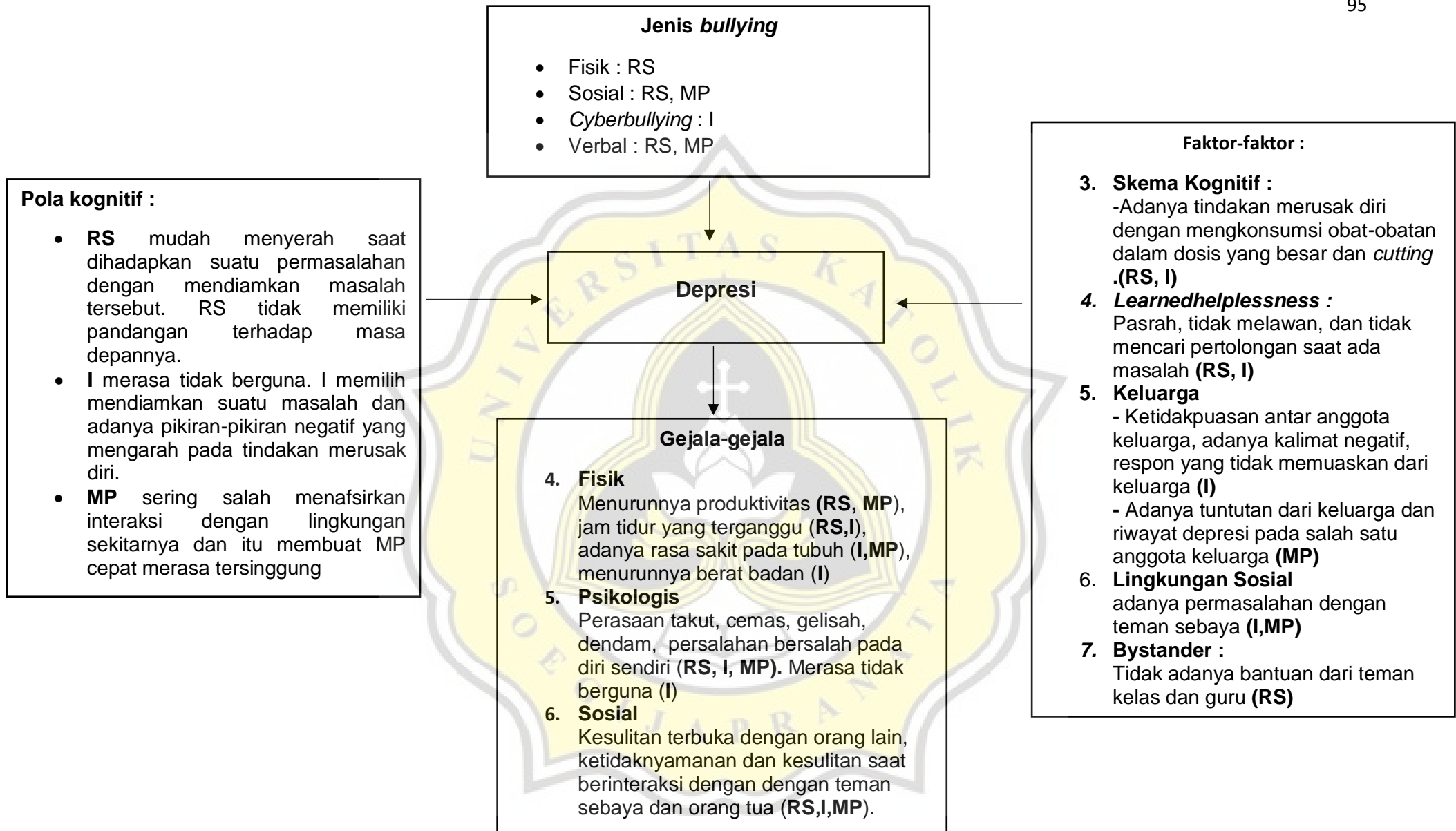
: memengaruhi



: memengaruhi



: saling memengaruhi



Bagan 5.1 Dinamika Depresi Pada Remaja Awal yang Mengalami Bullying Seluruh Subjek

## 5.2. Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dengan wawancara dan observasi, ketiga subjek pada penelitian mendapatkan tindakan *bullying* pada saat mereka sudah memasuki usia belasan yaitu usia 12 tahun, 15 tahun, dan 17 tahun (Hurlock, 2014). Wiyani (2014) menjelaskan *bullying* adalah sebuah bentuk tindakan kekerasan yang terjadi sebagai akibat dari adanya ketidakseimbangan antara korban dan pelaku yang dilakukan secara berulang-ulang, dan kekerasan tersebut dapat dilakukan dengan cara mengganggu, mengusik, serta menghalangi/merintangai korban. Kekerasan tersebut dapat berupa kata-kata (verbal), kontak fisik, dan secara relasional (Olweus dalam Olweus, 2013).

Pada hasil wawancara, ketiga subjek mengalami tindakan *bullying*, yaitu subjek RS mengalami *bullying* secara fisik dan relasional yang dilakukan oleh teman-teman sekolahnya. Subjek RS mendapatkan *labelling* dari teman-temannya yaitu sebutan '*penguin*' dikarenakan ia memiliki bentuk tulang yang berbeda dan RS mendapatkan perlakuan tidak menyenangkan secara fisik seperti dilempar batu, didorong hingga terluka dan perusakan pada barang-barang sekolahnya serta ia mendapatkan pengabaian dari teman-teman sekelasnya. Subjek MP mengalami tindakan *bullying* berupa verbal dan relasional yang dilakukan oleh teman sekelasnya seperti adanya tindakan pengabaian di lingkungan sekolah serta adanya penyebaran informasi yang tidak benar yang dilakukan oleh teman sekelasnya.



Pada subjek I mengalami tindakan *bullying* melalui media *online*, yaitu *cyberbullying*. *Cyberbullying* yang diterima oleh I adalah *account* pada sosial mediana diretas oleh seseorang dan di *account* tersebut sudah tertulis kalimat-kalimat tidak pantas yang dilakukan oleh pelaku. Menurut Sari, Karsih, dan Tjalla (2017) *cyberbullying* adalah suatu tindakan agresif yang dilakukan dengan menggunakan teknologi maju seperti internet dan dapat dilakukan oleh perorangan ataupun berkelompok dengan tujuan untuk melukai ataupun menindas seseorang.

Dhamayanti (2021) menjelaskan bahwa tindakan *bullying* dapat memberikan efek ataupun dampak yang dapat bertahan hingga seseorang beranjak dewasa dan efek tersebut dapat mengganggu keberfungsian sebagai manusia (seperti mengganggu emosionalnya, mental, psikologis, fisik, sosial, maupun akademik). Dhamayanti (2021) juga menambahkan bahwa korban *bullying* memiliki risiko lebih besar untuk mengalami depresi. Berdasarkan hasil tes *Beck Depression Inventory* yang sudah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia, subjek I memiliki nilai tertinggi, disusul oleh subjek RS, dan terakhir subjek MP yang memiliki nilai terendah.

Gangguan depresi pada ketiga subjek ditinjau dari teori kognitif memiliki pola kognitif yang berbeda-beda. Pada subjek RS ditemukan bahwa dirinya lebih mudah untuk menyerah dan mendiagnosis sebuah masalah tanpa menyelesaikan masalah tersebut. RS juga mengaku bahwa ia merasa bingung dengan masa depannya dan tidak memiliki cita-cita untuk masa depannya nanti. Pada kasus subjek I, subjek I merasakan bahwa dirinya tidak berguna, muncul pikiran-pikiran yang bersifat negatif

yang mengarah ke arah tindakan merusak diri, dan subjek I juga selalu mendiamkan suatu permasalahan dan tidak menyelesaikan masalah tersebut. Lalu pada subjek MP ditemukan bahwa subjek MP sering salah dalam menafsirkan interaksi antara dirinya dengan orang lain dan itu membuat MP menjadi cepat untuk tersinggung.

Lubis (2016) menuliskan bahwa seseorang yang mengalami depresi mengalami gejala secara fisik, psikologis, dan sosial. Ketiga gejala-gejala depresi tersebut juga dirasakan oleh ketiga subjek namun dengan intensitas yang berbeda-beda. Gejala fisik yang dirasakan oleh subjek RS yaitu seperti menurunnya produktivitas, luka pada tubuh, dan jam tidur yang berantakan memiliki intensitas yang sedang. Pada subjek I gejala fisik yang dirasakan memiliki intensitas sedang juga yaitu terjadi gangguan pada pola tidur, menurunnya berat badan, serta adanya keluhan sakit pada kepala. Gejala fisik pada subjek MP memiliki intensitas yang tinggi yaitu ia merasa cepat lelah, menurunnya produktivitas (malas untuk pergi ke sekolah dan hilangnya konsentrasi pada saat belajar), dan adanya rasa sakit pada tubuh (rasa ngilu pada sendi-sendi tertentu).

Pada penelitian ini, peneliti menemukan adanya gejala yang saling memengaruhi dan faktor-faktor yang juga ikut memengaruhi gangguan depresi pada ketiga subjek. Pada kasus subjek RS, ditemukan bahwa gejala psikologis yang dialami oleh RS ikut memengaruhi gejala fisik. Perasaan sensitif yang berlebihan seperti rasa takut, cemas, dan gelisah sebagai akibat dari tindakan *bullying* yang diterima RS tersebut membuat dirinya mengalami penurunan dalam segi produktivitas yaitu RS tidak ingin pergi ke sekolah dan membuat jam tidurnya berantakan. Selain

memengaruhi fisik, gejala sosial yang dialami oleh RS juga memengaruhi skema kognitifnya, yaitu adanya perasaan bersalah serta perasaan sensitif yang berlebihan memicu dirinya untuk melakukan tindakan merusak diri dengan mengonsumsi obat-obatan dalam dosis yang banyak.

Gejala sosial yang dimiliki oleh RS seperti kesulitan terbuka dengan orang lain dan tidak nyaman saat bersama teman-temannya terutama saat di lingkungan sekolah ikut memengaruhi faktor *learned helplessness*-nya. Hal tersebut terjadi karena RS tidak pernah memberitahukan kejadian *bullying* tersebut kepada orang tuanya dan selalu bersikap pasrah terhadap kejadian *bullying* tersebut. Alasan RS tidak memberitahu kedua orang tuannya adalah ia merasa kasihan kepada pelaku apabila pelaku dimarah oleh kedua orang tuanya dan ia tidak mau merepotkan kedua orang tuanya. Hal itu lah yang membuat munculnya faktor *learned helplessness* pada subjek RS. Seligman (dalam Santrock, 2003) dapat menjadi faktor yang memengaruhi depresi karena adanya pengalaman negatif-negatif yang menumpuk dan tidak dapat dikendalikan sehingga menghasilkan perasaan putus asa dan tidak berdaya untuk memperbaiki suatu keadaan.

Selain gejala sosial ikut memengaruhi faktor *learned helplessness*, ditemukan juga bahwa faktor *bystander* juga ikut memengaruhi gejala sosial dan faktor *learned helplessness*. Menurut Banyard (dalam Jannah, 2021) *bystander* adalah seseorang yang menjadi saksi terhadap suatu kejadian dan seseorang tersebut dapat memberikan kontribusi dalam kejadian tersebut dalam bentuk apapun, termasuk hanya dengan mengamati tanpa melakukan apapun. Perilaku *bystander* yang diterima oleh RS berupa adanya pengabaian oleh teman-teman sekelasnya pada

saat RS mendapatkan tindakan *bullying*. Lalu tidak adanya tindakan dan penanganan yang cepat dari guru membuat RS pada akhirnya memutuskan untuk bersikap pasrah dan tidak melaporkan kembali *bullying* yang diterimanya, serta RS merasa tidak nyaman saat berinteraksi dengan teman-teman sebayanya pada saat di sekolah.

Pada subjek I, faktor keluarga merupakan salah satu faktor yang memiliki intensitas yang tinggi dalam memengaruhi gangguan depresi I. Menurut Lubis (2016) lingkungan keluarga dapat menjadi faktor terjadinya gangguan depresi. Faktor keluarga pada subjek I ini memberikan pengaruh terhadap gejala psikologis serta gejala sosialnya. Adanya permasalahan antar anggota keluarga, ketidakpuasan anggota keluarga terhadap I, serta adanya ucapan dengan konotasi negatif (anak tidak berguna) membuat I merasa bersalah dan muncul perasaan tidak berguna pada diri I.

Faktor keluarga tersebut juga membuat I lebih tertutup dan merasa tidak nyaman saat bersama orang lain (terutama dengan orang tuanya), serta membuat I kesulitan untuk terbuka dengan orang. Respon yang kurang memuaskan dari kedua orang tua I pun ikut memengaruhi faktor *learned helplessness* pada subjek I yaitu I memilih untuk diam dan bersikap pasrah ketika dihadapkan sebuah permasalahan. Hal ini terjadi dikarenakan selain respon kedua orang tua I yang tidak memuaskan menurut I, ia tidak mau merepotkan orang lain dan ia merasa kebingungan ketika harus menceritakan masalahnya kepada orang lain.

Gejala psikologis yang dialami oleh I seperti perasaan sensitif yang berlebihan, terkadi perubahan *mood* (seperti lebih emosian, mudah

tersinggung, dan gelisah), seringnya muncul perasaan bersalah serta perasaan tidak berguna ikut memengaruhi skema kognitifnya yaitu I melakukan tindakan merusak diri dengan *cutting* pada salah satu lengan tangannya serta ia mengkonsumsi obat-obatan dengan jumlah yang banyak.

Subjek terakhir yaitu subjek MP merupakan subjek yang memiliki nilai paling rendah dalam hasil tes *Beck Depression Inventory-II (BDI)*. Faktor lingkungan sosial pada subjek MP memberikan pengaruh terhadap ketiga gejala depresi yang dimiliki oleh MP. Adanya permasalahan dengan teman sebaya di sekolah membuat I tidak berkonsentrasi selama pembelajaran di sekolah dan ia merasa kesulitan untuk bertanya dengan teman sekelasnya, lalu adanya perasaan bersalah pada dirinya sendiri, serta timbul emosi negatif yang tidak stabil seperti perasaan kesal dan marah yang tidak dapat ia keluarkan saat berada di sekolah.

Selain faktor lingkungan sosial, adanya faktor keluarga juga ikut memengaruhi perkembangan depresi MP. Lubis (2016) menjelaskan adanya faktor genetik yaitu apabila ada seorang anggota keluarga memiliki gangguan depresi dapat meningkatkan risiko terjadinya depresi pada seseorang. Pada kasus keluarga MP dijumpai bahwa salah satu anggota keluarga MP yaitu ibu dari ayah MP (nenek MP) memiliki gangguan depresi. Faktor keluarga lainnya adalah adanya tuntutan lebih yang diberikan oleh orang tua MP membuat MP merasa tidak bebas saat berada di rumah.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan kepada tiga subjek menunjukkan bahwa ketiga subjek mengalami gejala-gejala depresi (baik secara fisik, psikologis, dan sosial) dan pada ketiga subjek gejala psikologis sama-sama memiliki intensitas yang tinggi. Selain faktor keluarga, skema kognitif, lingkungan sosial, dan keluarga, ditemukan satu faktor yang ikut memengaruhi depresi yaitu *bystander*.

### 5.3. Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian ini peneliti memiliki beberapa keterbatasan yaitu; pertama, peneliti sempat merasa kesulitan saat ,mencarai subjek untuk penelitian. Kedua, penelitian yang dilakukan pada saat pandemi membuat peneliti harus mencari data secara *online* sehingga menyulitkan peneliti untuk bertemu secara langsung dan melakukan observasi lebih dalam kepada subjek. Ketiga, peneliti sempat mengalami kesulitan dalam mengatur janji dan menyesuaikan waktu untuk melakukan wawancara dengan dua subjek penelitian.