

**Article history :**

Received 25 April 2024

Revised 1 June 2024

Accepted 9 June 2024

**FENOMENA *BULLYING* DALAM PERSPEKTIF  
PENDIDIKAN AGAMA ISLAM**

Munawir

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya  
munawir@uinsa.ac.id

Roichatuzzuhriyah Filailatil Fitriyah

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya  
richazuhriyah@gmail.com

Salsabila Artamevia Khoirunnisa

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya  
khoirunnisasalsabila135@gmail.com

**Abstract**

*We often encounter the phenomenon of bullying in everyday life, whether it occurs in schools, workplaces or social environments. Not a few people in our society think that bullying only takes the form of physical violence, even though in fact bullying does not only take the form of physical violence, but also verbal violence. The Islamic religion very strictly prohibits all acts of violence, including bullying. This is found in Q.S Al-Hujurat: 11. The research method used in this research is a qualitative literature study method by examining journals/articles available online. The literature used is literature covering the last five years with the aim of studying the latest topics and developments regarding bullying. The results found in this research are the types of bullying, including physical, non-physical, relational and cyberbullying, the impact felt by victims and perpetrators which can have long or short term consequences, as well as efforts to overcome the phenomenon of bullying from a religious perspective. Islam is divided into two classifications, namely for victims and for perpetrators.*

**Keywords:** *Bullying, Impact, Islamic Education*

**Abstrak**

Fenomena *bullying* kerap kali kita jumpai dalam kehidupan sehari-hari, baik itu terjadi di lingkungan sekolah, tempat kerja, maupun lingkungan sosial. Tidak sedikit masyarakat kita yang berpendapat bahwa *bullying* hanya berbentuk kekerasan fisik saja, padahal faktanya *bullying* tidak hanya berbentuk kekerasan fisik, namun juga kekerasan verbal. Agama Islam dengan sangat tegas melarang segala tindakan kekerasan termasuk perundangan/pembullyingan. Hal tersebut terdapat dalam Q.S Al-Hujurat: 11. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif study literatur dengan mengkaji jurnal/artikel yang tersedia secara online. Literatur yang digunakan adalah literatur yang mencakup lima tahun terakhir dengan tujuan untuk mempelajari topik dan perkembangan terkini mengenai *bullying*. Hasil yang ditemukan dalam penelitian ini adalah

jenis-jenis dari *bullying* antara lain adalah *bullying* fisik, nonfisik, relasional, dan *cyberbullying*, dampak yang dirasakan oleh korban maupun pelaku yang dapat berakibat dalam jangka Panjang maupun pendek, serta upaya untuk mengatasi fenomena *bullying* menurut perspektif agama Islam yang dibagi menjadi dua klasifikasi, yaitu untuk korban dan untuk pelaku.

**Kata kunci:** Perundungan, Dampak, Pendidikan Agama Islam

## A. PENDAHULUAN

*Bullying* sering kali kita jumpai dalam kehidupan sehari-hari. Baik disadari atau tidak, *bullying* terkadang menjadi hal yang lumrah dalam kehidupan sehari-hari. Di lingkungan sekolah, di tempat kerja, dan di lingkungan sosial. Sebagian besar masyarakat kita masih menganggap remeh perilaku *bullying* ini.<sup>1</sup>

Di masyarakat kita, tidak sedikit orang yang berpendapat bahwa *bullying* hanyalah sebuah sikap agresif dalam bentuk kekerasan fisik. Faktanya, *bullying* tidak hanya berbentuk kekerasan fisik, namun juga kekerasan verbal (ucapan). Komentar yang kasar dan tidak senonoh dari para pelaku intimidasi terus berdampak pada korban intimidasi. Walaupun tidak tampak seperti dampak dari perundungan fisik, namun dampak yang ditimbulkan dari adanya kata-kata kebencian, kasar, dan kata-kata buruk lainnya masih membekas cukup lama dalam ingatan para korban perundungan.<sup>2</sup>

Apalagi dalam perkembangan modern, teknologi semakin banyak digunakan sebagai media hasrat dan pemikiran manusia. Namun juga digunakan sebagai media untuk mengadu persepsi buruk yang berbeda satu sama lain. Bahkan banyak orang yang menggunakan teknologi ini sebagai tameng dan jalan pintas untuk menghancurkan kenyamanan dan keselamatan orang lain.<sup>3</sup>

Fenomena *bullying* marak sekali tersebar pada seluruh belahan dunia yang pada hakikatnya tindakan ini dapat menyebabkan dampak negatif khususnya bagi korban dan umumnya bagi pelaku. Dalam hal ini, keduanya dapat mengalami masalah jiwa dan sosial yang memiliki efek dalam jangka yang pendek atau bisa sampai dalam jangka yang panjang, bahkan bisa sampai pada fase bunuh diri. *Bullying* adalah tindakan, sedangkan bully adalah pelakunya. Definisi *bullying* sendiri, menurut komisi Nasional perlindungan anak adalah kekerasan fisik dan psikologis berjangka panjang dan dilakukan seseorang atau kelompok terhadap seseorang yang tidak mampu mempertahankan diri.<sup>4</sup>

Secara umum pendidikan agama Islam merupakan suatu usaha untuk membimbing dan mengembangkan potensi fitrah yang dimiliki manusia baik sebagai makhluk individu maupun sosial sehingga ia dapat taat kepada perintah Allah Swt. Berdasarkan pengertian tersebut pendidikan agama Islam adalah pendidikan yang bertujuan membimbing manusia untuk

<sup>1</sup> Ema Waliyanti, Farah Kamilah, and Retha Rizky Fitriansyah, "Fenomena Perilaku Bullying Pada Remaja Di Yogyakarta," *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia [JIKI]* 2, no. 1 (2018): 50.

<sup>2</sup> Muhammad Hambal Shafwan, "KONSEP AL-QUR'AN TENTANG KECERDASAN EMOSIONAL DAN IMPLIKASINYA DALAM PENDIDIKAN ISLAM," *STAIKA* 04, no. 02 (2021): 128–141, <http://jurnal.staim-paciran.ac.id/index.php/staika/article/view/45>.

<sup>3</sup> Aldila Andari Kristi Aldila, "Pengetahuan Tentang Anti Bullying Pada Anak Sd," *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Sewagati* 2, no. 2 (2023): 26–30.

<sup>4</sup> Putu Yulia Angga Dewi, "Perilaku School Bullying Pada Siswa Sekolah Dasar," *Edukasi: Jurnal Pendidikan Dasar* 1, no. 1 (2020): 39.

menjadi makhluk yang sesuai dengan tujuan pendidikan agama Islam sehingga dapat menciptakan kepribadian yang taat kepada Allah.<sup>5</sup>

Pada hakikatnya *bullying* merupakan tindakan tercela dan dapat merugikan orang lain. Perihal ini pula terurai sesuai Al-Qur'an serta Hadits yang meratakan beragam ketidakadilan antar manusia selain dari ketidakadilan dalam ruang ketidaksiwaan. Oleh sebab itu, kita selaku manusia harus memiliki kesadaran untuk saling menolong satu sama lain bukan malah berbuat zalim terhadap yang lain. seperti tergambar pada hadits Rasulullah yang bermakna: "*muslim adalah orang yang menyelamatkan semua orang muslim dari lisan dan tangannya. Dan muhajir adalah orang yang meninggalkan segala larangan Allah*".

Dengan menitikberatkan pada gagasan *bullying* serta akibat yang terjadi kepada korban, pelaku penyiksaan serta pesatnya perkembangan kasus *bullying* di lingkungan sekolah. Maka dari itu, penulis tertarik untuk mengkaji melalui judul "FENOMENA *BULLYING* DALAM PERSPEKTIF PENDIDIKAN AGAMA ISLAM". Tujuan dari penelitian ini adalah menjelaskan fenomena *bullying* dalam perspektif agama Islam, jenis-jenis *bullying*, dampak yang dirasakan korban maupun pelaku, serta upaya untuk mengatasi perilaku *bullying* menurut pendidikan agama Islam.

## B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kajian literatur. Pencarian literatur meliputi literatur yang tersedia secara online yang terdiri dari jurnal/artikel penelitian dan buku. Analisis literatur bertujuan untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian ini. Selain itu, literatur yang digunakan adalah literatur yang mencakup lima tahun terakhir. Tujuannya adalah untuk mempelajari topik dan perkembangan terkini dalam teori *bullying*. Di sisi lain, terdapat berbagai literatur yang diterbitkan dari tahun 2013 hingga 2016. Hal ini karena literatur ini mewakili teori yang paling penting dalam penelitian *bullying*.<sup>6</sup>

Tahapan pada penelitian ini antara lain: Tahap pertama, peneliti mengumpulkan sumber literatur tentang konsep *bullying* secara umum dan sumber literatur terkait dengan topik *bullying* dari perspektif pendidikan agama Islam. Pada tahap kedua, peneliti membaca dengan cermat, mengkategorikan, dan menandai konsep-konsep penting yang akan dibahas. Tahap ketiga, setelah menemukan sumber-sumber penting dan relevan, peneliti membahas inti penelitian dengan mengaitkan konsep *bullying* dengan ayat-ayat Al-Qur'an. Terakhir, peneliti mencoba menarik kesimpulan mengenai sumber literatur yang berbeda tersebut.

## C. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### 1. Pengertian *Bullying*

*Bullying* (dikenal sebagai penindasan/risak dalam bahasa Indonesia) adalah segala bentuk penindasan atau kekerasan yang dilakukan dengan sengaja oleh satu atau sekelompok orang yang lebih kuat atau berkuasa terhadap orang lain, dengan tujuan untuk menyakiti dan dilakukan secara terus menerus (Wardhana, 2015).<sup>7</sup>

<sup>5</sup> Arespi Junindra et al., "Peran Guru Terhadap Perilaku Bullying Di Sekolah Dasar," *Jurnal Pendidikan Tambusai* 6, no. 2 (2022): 11134.

<sup>6</sup> Kusumasari Kartika, Hima Darmayanti, and Farida Kurniawati, "Fenomena Bullying Di Sekolah: Apa Dan Bagaimana?," *Pedagogia* 17, no. 1 (2019): 55.

<sup>7</sup> Treat J et al James W, Elston D, "No Title No Title No Title," *Andrew's Disease of the Skin Clinical Dermatology*. 1, no. 2 (20AD): 1-14.

Menurut Fitria (2015) *bullying* berasal dari kata *bully* yang berarti penggertak atau orang yang mengganggu orang lain yang lemah. *Bullying* secara umum juga diartikan sebagai perpeloncoan, penindasan, pengucilan, pemalakan, dan sebagainya. Kesimpulannya *bullying* adalah tindakan, sedangkan *bully* adalah pelakunya. Definisi *bullying* sendiri, menurut komisi Nasional perlindungan anak adalah kekerasan fisik dan psikologis berjangka panjang dan dilakukan seseorang atau kelompok terhadap seseorang yang tidak mampu mempertahankan diri.<sup>8</sup>

Kata *bullying* berasal dari Bahasa Inggris, yaitu dari kata *bull* yang artinya banteng yang senang merunduk kesana kemari. Dalam Bahasa Indonesia, secara etimologi kata *bully* mempunyai arti penggertak, orang yang mengganggu orang lemah. Sedangkan secara terminology definisi *bullying* menurut Ken Rigby dalam Astuti (2008 ; 3, dalam Ariesto, 2009) yaitu “sebuah hasrat untuk menyakiti. *Bullying* berarti suatu aksi atau tindakan penindasan atau kekerasan yg dilakukan sengaja oleh individu atau grup orang yang lebih kuat atau berkuasa terhadap orang lain, dengan tujuan untuk menyakiti serta dilakukan secara terus menerus. Pihak yang kuat disini tak hanya berarti kuat dalam berukuran fisik, tapi bisa juga kuat secara mental. Dalam hal ini sang korban *Bullying* tidak bisa membela atau mempertahankan dirinya karena lemah secara fisik atau mental (Steve Wharton Yogyakarta, 2009, hal. 7). *Bullying* memiliki pengaruh yg besar bagi kehidupan korbannya sampai dewasa. Waktu masa sekolah akan mengakibatkan depresi dan perasaan tidak bahagia untuk mengikuti sekolah, sebab dihantui oleh perasaan tidak bahagia ketika mengikuti sekolah, karena dihantui sang perasaan cemas dan ketakutan. Hal tersebut akan mempengaruhi prestasi akademik para korbannya.<sup>9</sup>

Salah satu fenomena pelanggaran aturan yang mengambil perhatian di dunia pendidikan saat ini adalah kekerasan sekolah yang dilakukan oleh antar siswa. Aksi tawuran dan kekerasan (*bullying*) yang dilakukan oleh siswa di sekolah semakin banyak diberitakan di halaman media cetak maupun elektronik. Hal ini membuktikan bahwa nilai-nilai kemanusiaan pada remaja telah hilang (Wiyani, 2012).

*Bullying* merupakan suatu kekerasan fisik dan psikolog yang berjangka panjang yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang terhadap individu yang tidak mampu mempertahankan diri dalam situasi di mana keinginan untuk melukai atau mengikuti orang membuat orang tertekan, trauma atau depresi dan tidak berdaya (KPAI, 2014).

## 2. Faktor-faktor Penyebab Terjadinya *Bullying*

Menurut Ariesto (2009) yang dikutip oleh Ela Zain Zakiya dkk, *bullying* terjadi akibat beberapa faktor antara lain:<sup>10</sup>

### 1) Keluarga

Keluarga merupakan faktor utama yang menjadi penyebab terjadinya *bullying*. Pelaku *bullying* seringkali berasal dari keluarga yang bermasalah, termasuk sikap orang tua yang terlalu protektif terhadap anak-anaknya, membuat anak lebih rentan terkena perundungan. Orang tua yang pola hidupnya terganggu, orang tua yang bercerai, orang tua yang emosi dan pikirannya tidak stabil, orang tua yang saling mencaci maki dan menghina, bertengkar

<sup>8</sup> Muhammad Reza Satria, “Peran Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Mengatasi Perilaku Bullying Di Smpn 12 Bandar Lampung” (2022): 1–33.

<sup>9</sup> et al. Sofyan, Wulandari, Liza, “Bentuk Bullying Dan Cara Mengatasi Masalah Bullying Di Sekolah Dasar,” *Jurnal Multidisipliner Kapalamada* 1, no. 4 (2022): 496–504.

<sup>10</sup> ELA ZAIN ZAKIYAH, SAHADI HUMAEDI, and MEILANNY BUDIARTI SANTOSO, “Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying,” *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat* 4, no. 2 (2017): 324–330.

di depan anak, orang tua yang bermusuhan dan tidak pernah akur, akan memicu terjadinya depresi dan stres pada anak. Remaja yang tumbuh dalam keluarga yang menggunakan pola komunikasi negatif, seperti sarkasme (sarkasme tajam) cenderung meniru kebiasaan tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Akibatnya, dengan mudah mengatakan dan menyindir dengan kata-kata yang tajam disertai dengan kata-kata kotor dan kasar. Karena anak-anak dan remaja ini terbiasa tinggal di lingkungan rumah yang penuh kekerasan, hal ini dapat mengakibatkan anak-anak tersebut menjadi individu yang terpecah belah dan terlibat dalam perilaku intimidasi.

## 2) Sekolah

Pada dasarnya sekolah merupakan tempat untuk menumbuhkan budi pekerti dan akhlak terpuji. Namun, sekolah juga bisa menjadi tempat yang berbahaya karena merupakan tempat berkumpulnya siswa dengan kepribadian berbeda. Seperti yang kita ketahui, perundungan antar siswa biasa terjadi di dalam sekolah maupun di luar sekolah. Hal ini dapat terjadi dari generasi ke generasi karena beberapa alasan.<sup>11</sup> Sekolah seringkali mengabaikan adanya perundungan, artinya siswa yang melakukan perundungan diberi penguatan atas perilakunya. Selain itu, intimidasi dapat terjadi ketika pengawasan dan bimbingan etika dari para guru buruk, sekolah yang menerapkan disiplin yang sangat ketat, pengajaran yang buruk, dan peraturan yang tidak konsisten. Akibatnya, anak-anak yang menjadi pelaku intimidasi diperkuat dalam perilaku intimidasi mereka terhadap anak-anak lain. *Bullying* semakin meningkat pesat di lingkungan sekolah dan seringkali menimbulkan *feedback* negatif dari siswa berupa hukuman yang tidak konstruktif sehingga mengakibatkan kurangnya rasa menghargai dan menghormati antar siswa.

## 3) *Peer Grup* atau teman sebaya

Kelompok teman sebaya atau *peer group* adalah sekelompok teman yang memiliki ikatan emosional yang kuat, mereka dapat berinteraksi, bersosialisasi, bertukar pikiran, dan mendapatkan pengalaman dengan membawa perubahan dan perkembangan dalam kehidupan sosial dan pribadinya. Ketika anak-anak berinteraksi dengan teman-temannya di sekolah atau di rumah kadang kala terdorong untuk melakukan *bullying*. Hal ini mereka lakukan untuk membuktikan bahwa mereka adalah bagian dari kelompok tertentu, untuk mendapatkan rasa hormat dari teman-temannya, atau untuk menunjukkan bahwa mereka mempunyai kekuatan di depan teman-temannya, meskipun terkadang mereka sendiri merasa tidak nyaman dengan perilaku tersebut.<sup>12</sup>

## 4) Media massa

Media juga menjadi faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya perilaku *bullying* di kalangan siswa. Pengaruh media terhadap perilaku *bullying* sangat penting karena anak meniru adegan, gerakan, dan kata-kata dari film yang ditontonnya. Oleh karena itu, televisi berperan penting dalam membentuk cara kita berpikir dan bertindak. Tidak hanya televisi saja, tetapi juga berlaku untuk semua bentuk media lainnya seperti Internet, video, majalah/buku baca, dan lain-lain. Anak-anak yang terbiasa melihat kekerasan di media cenderung bertindak agresif dan menggunakan kekerasan untuk menyelesaikan masalah.<sup>13</sup>

<sup>11</sup> Windy Sartika Lestari, *Analisis Faktor-Faktor Penyebab Bullying Di Kalangan Peserta Didik: Social Science Education Journal, Jurnal Sosio Didaktika*, vol. 3, 2016.

<sup>12</sup> Ayu Muspita, Nurhasanah, and Martunis, "Analisis Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Bullying Pada Siswa Sd Negeri Kecamatan Bukit Kabupaten Bener Meriah," *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan Konseling* 2, no. 1 (2017): 31–38.

<sup>13</sup> Ibid.

Contoh perilaku *bullying* banyak terlihat di berbagai media seperti televisi, internet, video, film, video game, dan lain-lain, serta saat membaca majalah dan buku, sehingga anak meniru perilaku tersebut dan mendorong orang lain untuk melakukannya atau dipraktikkan.

### 3. Jenis-jenis *Bullying*

Tindakan *bullying* ada 2 (dua) yaitu *bullying* fisik dan *bullying* non fisik.<sup>14</sup>

#### a. *Bullying* fisik

*Bullying* fisik adalah *bullying* yang dilakukan secara langsung dan dilakukan yang mengarah ke anggota fisik korban, beberapa dari tindakan *bullying* fisik adalah berupa memukul, menendang, mendorong, menjambak, mencubit, adapun selain dari beberapa tindakan *bullying* tersebut termasuk *bullying* fisik adalah mencekik, meninju, mencakar dan meludah anak yang jadi korban *bullying* (Dewi, 2014).

#### b. *Bullying* non fisik

*Bullying* non fisik ini di bagi menjadi dua yaitu *bullying* verbal dan nonverbal, *bullying* verbal adalah kontak verbal secara langsung. Beberapa tindakan *bullying* verbal seperti mengancam, mempermalukan, merendahkan. *Bullying* nonverbal adalah perilaku yang nonverbal atau tidak langsung contohnya seperti memanipulasi persahabatan hingga retak, mendiamkan seseorang sehingga orang tersebut menjadi terpojokan, dan sengaja menghancurkan seseorang. *Bullying* tersebut menjadi terpojokan dan sengaja mengucilkan seseorang. *Bullying* verbal yang sering terjadi dan yang sengaja dilakukan oleh pelaku secara terus menerus dengan tujuan untuk melukai korban dan membuat tindakan tidak nyaman (Kurniawati, 2015).

#### c. *Bullying* relasional

*Bullying* relasional ini merupakan bentuk lain dari tindakan *bullying*. Adapun bentuk lain selain *bullying* relasional adalah *cyberbullying*. *Bullying* relasional ini dapat menyebabkan korbanya merasa tersaingkan atau terkucilkan secara sosial dengan cara pelaku mendeskripsikan korban berdasarkan ras, ketidakmampuan korban sehingga muncul harga diri yang lemah dan etnik. Selain ini juga jenis *bullying* ini di gunakan pelaku untuk mengabaikan, menolak, atau menghindari korban untuk masuk di dalam pergaulan (Coloroso dalam Dewi, 2014).

#### d. *Cyberbullying*

*Cyberbullying* merupakan suatu bentuk tindakan *bullying* yang terjadi di dunia *cyberbullying* atau internet yang di lakukan oleh teman sebaya mereka. Tindakan *bullying* ini sering di alami oleh anak-anak dan remaja dengan berbagai cara yang akan membuat korban malu, tindakan tersebut seperti mengunggah gambar maupun mengirim pesan yang bersifat mengancam yang akan membuat korban di lecehkan dan di hina (Patchin & Hinduja, 2012). Para pelaku *cyberbullying* ini juga menganggap jika melakukan *bullying* lewat internet ini pihak sekolah tidak akan tahu dan orang tua pun tidak akan tahu, karena bagi orang tua maupun orang dewasa yang tidak mengerti dunia internet maka akan sulit memantau apa saja yang dilakukan anak nya di dunia internet (Dewi, 2014).

Adapun beberapa bentuk *bullying*, dilihat dari kontak pelaku dengan korban yaitu:

1. Langsung, yaitu perilaku menyerang yang tampak dan dapat diamati terhadap korban.
2. Tidak langsung, yaitu perilaku yang dilakukan secara diam-diam dengan rahasia dan tidak tampak.

<sup>14</sup> Farsya Salsabila Adriyanti et al., "Pandangan Mahasiswa Terhadap Bullying Di Sekolah Dan Kaitannya Dalam Perspektif Islam," *Jurnal Religion : Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya* 3, no. 1 (2014): 1–21.

3. *Bullying* fisik, yaitu yang kasat mata, siapa saja bisa melihat tindakan merugikan ini karena terjadi sentuhan fisik antara pelaku dengan korban bullying.
4. *Bullying* verbal, yaitu *bullying* yang bisa terdeteksi karena bisa tertangkap indra pendengaran.
5. *Bullying* mental, ini merupakan tindakan *bullying* yang paling berbahaya karena tidak tertangkap mata atau telinga jika kita tidak cukup awas mendeteksinya.<sup>15</sup>

#### 4. Dampak *Bullying*

Dampak yang ditimbulkan dari *bullying* tidak hanya merugikan korbannya saja, namun juga bagi pelaku dan orang disekitarnya. Dampak *bullying* yang dirasakan oleh korban dan pelaku bisa berakibat dalam jangka panjang maupun pendek. Menurut Puspita, Broualogo, dan Setyowibowo (2022) yang dikutip oleh Ajat Sudrajat di dalam tulisannya menjelaskan bahwa *bullying* menyebabkan menurunnya prestasi siswa, baik dari segi prestasi akademik maupun kesehatan fisik dan mental siswa yang menjadi korban *bullying*.<sup>16</sup>

Dampak buruk *bullying* yang dirasakan korban diantaranya,<sup>17</sup> **Pertama**, dampak emosional dan mental. *Bullying* dapat menimbulkan gangguan emosional dan psikologis pada korbannya. Korban bisa menderita kecemasan, depresi, stres, dan kehilangan kepercayaan diri. Penindasan juga dapat menyebabkan isolasi sosial, perasaan kesepian, dan penurunan kualitas hidup secara keseluruhan.<sup>18</sup>

**Kedua**, masalah kesehatan mental, korban *bullying* mempunyai risiko lebih tinggi terkena masalah kesehatan mental seperti gangguan kecemasan, gangguan mood, dan gangguan makan seperti anoreksia, bulimia. Terkadang perilaku *bullying* juga mengalami depresi ekstrem sehingga ia mempertimbangkan atau bahkan melakukan upaya untuk bunuh diri.<sup>19</sup>

**Ketiga**, gangguan pada fisik, penindasan dapat menimbulkan kerugian fisik pada korbannya, baik secara langsung melalui kekerasan fisik maupun tidak langsung melalui stres kronis. Cedera fisik berkisar dari memar dan lebam hingga cedera yang lebih serius. Selain itu, stres jangka panjang dapat melemahkan sistem kekebalan tubuh dan meningkatkan risiko penyakit fisik bahkan terkadang korban juga mengalami penyakit seksual, seperti HIV misalnya.

**Keempat**, menurunnya masalah akademik, korban *bullying* seringkali mengalami kesulitan berkonsentrasi, belajar, dan berpartisipasi dalam lingkungan akademik. Hal ini dapat menyebabkan prestasi akademis yang lebih rendah, tingkat ketidakhadiran yang lebih tinggi, dan berkurangnya minat terhadap pendidikan.

**Kelima**, gangguan hubungan dan sosial, *bullying* juga dapat merusak hubungan sosial korbannya. Korban mungkin mengalami kesulitan mempercayai orang lain, menjalin persahabatan, dan berinteraksi secara sosial. Hal ini dapat berdampak jangka panjang pada kualitas hubungan dan interaksi sosial di masa depan.

Sedangkan dampak buruk *bullying* yang dirasakan oleh pelaku antara lain: mereka menunjukkan sedikit empati dalam interaksi sosial, gangguan pada kesehatan mental seperti gejala emosional yang tidak terkontrol, penyalahgunaan minuman beralkohol dan obat-obatan

<sup>15</sup> Sofyan, Wulandari, Liza, "Bentuk Bullying Dan Cara Mengatasi Masalah Bullying Di Sekolah Dasar."

<sup>16</sup> A Sudrajat, "Fenomena Perundungan Dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam: Sebuah Studi Pustaka," *Jurnal Pendidikan Tambusai* 7 (2023): 23148–23153.

<sup>17</sup> Kartika, Darmayanti, and Kurniawati, "Fenomena Bullying Di Sekolah: Apa Dan Bagaimana?"

<sup>18</sup> Ibid.

<sup>19</sup> Siti Nur Elisa Lusiana Lusiana and Siful Arifin, "Dampak Bullying Terhadap Kepribadian Dan Pendidikan Seorang Anak," *Kariman: Jurnal Pendidikan Keislaman* 10, no. 2 (2022): 337–350.

terlarang terutama di kalangan remaja dan orang dewasa yang menjadi pelaku pembullying, lebih rentan terhadap perkelahian, pengrusakan harta benda, dikeluarkan dari sekolah, resiko melakukan hubungan seks diluar pernikahan, melakukan tindakan kriminal, serta permasalahan dalam dunia kerja seperti rusaknya hubungan kerja dan meninggalkan pekerjaan tanpa adanya kesiapan finansial.<sup>20</sup>

Melihat pernyataan di atas, maka dampak *bullying* tidak hanya berdampak pada korban *bullying* saja, namun juga pada pelakunya. Perilaku *bullying* ini tidak dapat dibenarkan dengan alasan apapun. Selain itu, perilaku *bullying* terhadap anak mempunyai dampak yang besar terhadap masa depan anak. Di usia mereka saat ini, sebaiknya anak selalu dipenuhi dengan perasaan bahagia dan gembira, bukan perasaan suram yang datang dari lingkungan sekitar. Karena hal tersebut dapat menimbulkan trauma mendalam pada diri anak.

## 5. Upaya Mengatasi *Bullying* Pada Anak

Untuk mencegah fenomena *bullying*, terdapat berbagai upaya yang dapat dilakukan antara lain:<sup>21</sup>

- 1) Membantu anak mengenali dan memahami *bullying*, karena dengan meningkatnya pengetahuan anak tentang *bullying* akan memudahkan mereka mengenali bila *bullying* sedang terjadi pada dirinya atau orang terdekatnya. Selain itu, anak-anak perlu dibekali dengan pengetahuan untuk menghadapi perundungan dan mencari bantuan. Anak juga harus diberi pemahaman bahwa perundungan itu salah dan tidak dapat dibenarkan dengan alasan atau tujuan apa pun. Selain itu anak juga harus diberi tahu mengenai dampak-dampak yang akan terjadi pada pelaku dan korban pembullying.
- 2) Memberikan nasehat kepada anak tentang cara menghadapi perundungan. Setelah anak memahami tentang penindasan, mereka juga harus belajar cara menangani penindasan dengan aman tanpa menggunakan kekerasan yang dapat memperburuk situasi. Cara-cara yang mungkin dilakukan adalah dengan mengabaikan pelaku, menjauhkan diri dari pelaku, atau secara terbuka menyatakan penolakan terhadap pelaku. Berada dekat dengan kelompok orang dewasa dan anak-anak lain juga dapat membantu menghindari perundungan. Jika anak-anak menjadi korban *bullying* dan cara-cara di atas telah dilakukan namun belum efektif, ajaklah mereka untuk curhat pada orang dewasa yang bisa dipercaya, entah itu guru di sekolah, orang tua, atau anggota keluarga lain di rumah.
- 3) Bangun hubungan dengan anak dan dorong komunikasi dua arah. Pelaku perundungan biasanya mengancam atau mempermalukan korbannya jika ia mengadu kepada orang lain, sehingga korban penindasan biasanya berhenti mengeluh kepada orang lain mengenai apa yang menimpanya. Oleh karena itu, sangat penting untuk senantiasa membina hubungan dan menjalin komunikasi dua arah agar anak merasa aman menceritakan permasalahannya kepada orang terdekatnya tanpa terkena ancaman *bullying*. Dalam kehidupan yang sibuk saat ini, hal ini menjadi semakin sulit bagi orang tua dan keluarga.
- 4) Mendorong masyarakat untuk tidak menjadi “saksi bisu” penindasan.
- 5) Membantu anak menemukan minat dan potensi mereka. Dengan mengetahui minat dan potensinya dapat mendorong anak untuk tumbuh, bertemu orang-orang yang mempunyai minat yang sama, dan menjalin pertemanan. Hal ini meningkatkan rasa percaya diri anak, mendukung kehidupan sosialnya dan melindunginya dari perundungan.

<sup>20</sup> Kartika, Darmayanti, and Kurniawati, “Fenomena Bullying Di Sekolah: Apa Dan Bagaimana?”

<sup>21</sup> Elsyia Derma Putri, “Kasus Bullying Di Lingkungan Sekolah : Dampak Serta Penanganannya,” *Keguruan: Jurnal Penelitian, Pemikiran dan Pengabdian* 10 (2022): 24–30.

## 6. Upaya Mengatasi Fenomena *Bullying* Berdasarkan Perspektif Agama Islam

Islam dengan tegas melarang segala tindakan kekerasan, termasuk perundungan/pembullying. Hal ini sebagai mana penjelasan dalam sebuah firman Allah Subhanahu Wa Ta'ala:<sup>22</sup>“Hai orang-orang yang beriman, janganlah sekumpulan orang laki-laki merendahkan kumpulan yang lain, boleh jadi yang ditertawakan itu lebih baik dari mereka. Dan jangan pula sekumpulan perempuan merendahkan kumpulan lainnya, boleh jadi yang direndahkan itu lebih baik. Dan janganlah suka mencela dirimu sendiri dan jangan memanggil dengan gelaran yang mengandung ejekan. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk sesudah iman dan barangsiapa yang tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim.” (Q.S. Al-Hujurat: 11).

Ayat diatas memberi tuntunan bagi setiap muslim untuk tidak mengolok-olok dan menjelek-jelekkkan satu sama lan. Al-Qur'an memang tidak menjelaskan secara terperinci mengenai perundungan. Hanya saja tindakan menyakiti hati orang lain, mengolok-olok, mengejek, dan menjelek-jelekkkan adalah tindakan yang serupa dengan *bullying*.

Rasululloh SAW termasuk orang yang pernah mengalami penindasan, beliau sering kali ditindas, diejek, bahkan disakiti saat menyiarkan agama islam. Meski sering menerima perlakuan tidak menyenangkan dan intimidasi, keimanan Rasulullah tidak pernah goyah sedikitpun, beliau memiliki cara dalam menghadapi perlakuan dari orang-orang yang memusuhinya. Berikut cara Rasulullah yang dapat kita contoh diantaranya:<sup>23</sup>

- 1) Tidak membalas keburukan dengan keburukan
- 2) Memperbanyak teman
- 3) Pindah ke tempat yang lebih baik
- 4) Membela diri
- 5) Menyadari nilai pengampunan, memaafkan pelaku bully adalah hal yang sangat mulia dalam islam karena dapat membawa kedamaian bagi diri sendiri dan orang lain.
- 6) Berdoa kepada Allah SWT agar senantiasa diberikan kesabaran dan kekuatan dalam menghadapi situasi tersebut.

## D. KESIMPULAN

*Bullying* adalah tindakan, sedangkan bully adalah pelakunya Definisi *bullying* sendiri, menurut komisi Nasional perlindungan anak adalah kekerasan fisik dan psikologis berjangka panjang dan di lakukan seseorang atau kelompok terhadap seseorang yang tidak mampu mempertahankan diri. Ada 4 jenis-jenis *bullying*, yaitu: *bullying* fisik, *bullying* non fisik, *bullying* reasional, dan *cyberbullying*.

Dampak *bullying* tidak hanya berdampak pada korban *bullying* saja, namun juga pada pelakunya. Perilaku *bullying* ini tidak dapat dibenarkan dengan alasan apapun. Selain itu, perilaku *bullying* terhadap anak mempunyai dampak yang besar terhadap masa depan anak. Di usia mereka saat ini, sebaiknya anak selalu dipenuhi dengan perasaan bahagia dan gembira, bukan perasaan suram yang datang dari lingkungan sekitar. Karena hal tersebut dapat menimbulkan trauma mendalam pada diri anak.

<sup>22</sup> Sindy Kartika Sari, “Bullying Dan Solusinya Dalam Al-Qur’an,” *Academic Journal of Islamic Principles and Philosophy* 1, no. 1 (2020): 63–76.

<sup>23</sup> Dina Oktavia, “Pencegahan Bullying Melalui Materi Mata Pelajaran Akidah Akhlak Di MI Mathla’ul Anwar Pematang Kecamatan Teluk Pandan Kabupaten Pesawaran” (2022): 1–85.

Untuk mencegah fenomena *bullying*, terdapat berbagai upaya yang dapat dilakukan antara lain: membantu anak mengenali dan memahami *bullying*, memberikan nasehat kepada anak tentang cara menghadapi perundungan, bangun hubungan dengan anak dan dorong komunikasi dua arah, mendorong masyarakat untuk tidak menjadi “saksi bisu” penindasan, serta membantu anak menemukan minat dan potensi mereka.

Adapun beberapa cara yang dicontohkan oleh Rosulullah untuk mengatasi fenomena *bullying*, diantaranya seperti: tidak membalas keburukan dengan keburukan, memperbanyak teman, pindah ke tempat yang lebih baik, membela diri, menyadari nilai memaafkan pelaku bully, dan berdoa kepada Allah SWT.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriyanti, Farsya Salsabila, Galih Dwi Herlianto, Norifansyah, Nur Nisrina Zakiya, and Nur Tsabita Aulia. “Pandangan Mahasiswa Terhadap Bullying Di Sekolah Dan Kaitannya Dalam Perspektif Islam.” *Jurnal Religion : Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya* 3, no. 1 (2014): 1–21.
- Aldila, Aldila Andari Kristi. “Pengetahuan Tentang Anti Bullying Pada Anak Sd.” *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Sewagati* 2, no. 2 (2023): 26–30.
- Dewi, Putu Yulia Angga. “Perilaku School Bullying Pada Siswa Sekolah Dasar.” *Edukasi: Jurnal Pendidikan Dasar* 1, no. 1 (2020): 39.
- James W, Elston D, Treat J et al. “濟無No Title No Title No Title.” *Andrew’s Disease of the Skin Clinical Dermatology*. 1, no. 2 (20AD): 1–14.
- Junindra, Arespi, Hasanatul Fitri, Irda Murni, Fakultas Ilmu Pendidikan, and Universitas Negeri Padang. “Peran Guru Terhadap Perilaku Bullying Di Sekolah Dasar.” *Jurnal Pendidikan Tambusai* 6, no. 2 (2022): 11134.
- Kartika, Kusumasari, Hima Darmayanti, and Farida Kurniawati. “Fenomena Bullying Di Sekolah: Apa Dan Bagaimana?” *Pedagogia* 17, no. 1 (2019): 55.
- Lestari, Windy Sartika. *Analisis Faktor-Faktor Penyebab Bullying Di Kalangan Peserta Didik: Social Science Education Journal. Jurnal Sosio Didaktika*. Vol. 3, 2016.
- Lusiana, Siti Nur Elisa Lusiana, and Siful Arifin. “Dampak Bullying Terhadap Kepribadian Dan Pendidikan Seorang Anak.” *Kariman: Jurnal Pendidikan Keislaman* 10, no. 2 (2022): 337–350.
- Muhammad Reza Satria. “Peran Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Mengatasi Perilaku Bullying Di Smpn 12 Bandar Lampung” (2022): 1–33.
- Muspita, Ayu, Nurhasanah, and Martunis. “Analisis Faktor-Faktor Penyebab Perilaku Bullying Pada Siswa Sd Negeri Kecamatan Bukit Kabupaten Bener Meriah.” *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan Konseling* 2, no. 1 (2017): 31–38.
- Oktavia, Dina. “Pencegahan Bullying Melalui Materi Mata Pelajaran Akidah Akhlak Di MI Mathla’ul Anwar Pematang Kecamatan Teluk Pandan Kabupaten Pesawaran” (2022): 1–85.
- Putri, Elsyia Derma. “Kasus Bullying Di Lingkungan Sekolah : Dampak Serta Penanganannya.” *Keguruan: Jurnal Penelitian, Pemikiran dan Pengabdian* 10 (2022): 24–30.
- Sari, Sindy Kartika. “Bullying Dan Solusinya Dalam Al-Qur’an.” *Academic Journal of Islamic Principles and Philosophy* 1, no. 1 (2020): 63–76.
- Shafwan, Muhammad Hambal. “KONSEP AL-QUR’AN TENTANG KECERDASAN EMOSIONAL DAN IMPLIKASINYA DALAM PENDIDIKAN ISLAM.” *STAIKA* 04, no. 02 (2021): 128–141. <http://jurnal.staim-paciran.ac.id/index.php/staika/article/view/45>.
- Sofyan, Wulandari, Liza, et al. “Bentuk Bullying Dan Cara Mengatasi Masalah Bullying Di

- Sekolah Dasar.” *Jurnal Multidisipliner Kapalamada* 1, no. 4 (2022): 496–504.
- Sudrajat, A. “Fenomena Perundungan Dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam: Sebuah Studi Pustaka.” *Jurnal Pendidikan Tambusai* 7 (2023): 23148–23153.
- Waliyanti, Ema, Farhah Kamilah, and Retha Rizky Fitriansyah. “Fenomena Perilaku Bullying Pada Remaja Di Yogyakarta.” *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia [JIKI]* 2, no. 1 (2018): 50.
- ZAKIYAH, ELA ZAIN, SAHADI HUMAEDI, and MEILANNY BUDIARTI SANTOSO. “Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying.” *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat* 4, no. 2 (2017): 324–330.