

Perilaku Menolong dan Kesulitan Psikososial pada Perundungan: Studi Korelasi

Ria Thalia¹, Muhammad Fadhli²

Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya, Indonesia

riathalia@fk.unsri.ac.id¹

Kata Kunci:

*Perilaku Menolong,
Kesulitan Psikososial,
Remaja*

Abstrak

Perilaku menolong merupakan salah satu bentuk kepedulian untuk mencegah atau mengatasi oleh saksi ketika melihat perundungan yang terjadi. Tentunya setiap perilaku menolong merupakan hal yang bisa memengaruhi terbentuknya kesulitan psikososial. Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada hubungan dari perilaku menolong dengan kesulitan psikososial pada perundungan yang disaksikan oleh remaja. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan studi korelasional agar bisa melihat bagaimana hubungan antara perilaku menolong dan kesulitan psikososial pada remaja. Sebanyak 197 responden yang terdiri dari siswa remaja terlibat dalam penelitian ini. Hasil penelitian ini diperoleh hasil signifikansi sebesar 0,006 ($p < 0,05$) dan nilai korelasinya sebesar -0,674, sehingga dapat diketahui bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang signifikan serta memiliki arah hubungan yang negatif sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara perilaku menolong dengan kesulitan psikososial.

Key Word:

*Helping Behavior,
Psychosocial Difficulty,
Adolescence*

Abstract

Helping behavior is a form of concern for witnesses to prevent or overcome bullying. Of course, every helping behavior can influence the formation of psychosocial difficulties. This study aims to determine whether there is a relationship between helping behavior and psychosocial difficulties in bullying witnessed by adolescents. This study uses a quantitative approach with a correlational study to examine the relationship between helping behavior and psychosocial difficulties in adolescents. A total of 197 respondents consisting of adolescent students participated in this study. The results of this study obtained a significance value of 0.006 ($p < 0.05$) and a correlation value of -0.674. Thus, it can be seen that the two variables have a significant relationship and have a negative direction of the relationship. Thus, it can be concluded that there is a relationship between helping behavior and psychosocial difficulties.

Copyright © 2025 Ria Thalia, Muhammad Fadhli

This work is licensed under an Attribution-ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0)

PENDAHULUAN

Perundungan atau yang dalam berbagai literatur sering dikenal dengan *bullying* adalah perilaku menindas orang lain yang lebih lemah dan dapat dilakukan secara individu maupun berkelompok. Istilah ini didefinisikan pertama kali oleh Olweus (1994) sebagai orang yang diintimidasi atau dijadikan korban saat orang tersebut terpapar berulang kali dari waktu ke waktu untuk tindakan negatif oleh satu pelaku atau banyak pelaku. Definisi tersebut sangat penting untuk memulai penelitian terkait dengan konsep ini. Olweus (2013) menggunakan definisi tersebut untuk mengukur masalah perundungan melalui tiga kriteria utama yaitu intensionalitas, kejadian yang berulang-ulang, dan ketidakseimbangan kekuatan. Intensionalitas yang dimaksud ialah intensi atau niat untuk perilaku agresif yang memiliki tujuan untuk melukai atau membuat orang lain merasa tidak nyaman. Sejalan dengan penelitian Djuwita (2017) yang menjelaskan perundungan sebagai tindakan agresif yang dapat bersifat fisik, verbal, atau sosial-psikologis, yang dilakukan secara sengaja dan terencana oleh individu atau kelompok terhadap individu atau kelompok lain, lalu korban biasanya merasa perlakuan tersebut akan terus berulang dalam jangka panjang dan merasa tidak berdaya untuk melawan.

Meskipun upaya besar telah dilakukan untuk memahami dampak perundungan terhadap korban dan pelaku, perhatian terhadap saksi masih relatif terbatas (Pecjak, et al, 2024; Antoniadou, Kokkinos, & Fanti, 2019). Di Indonesia, UNICEF (2021) melaporkan bahwa sekitar 41% siswa usia 15 tahun melaporkan mengalami perundungan beberapa kali sebulan. Keadaan ini mencerminkan prevalensi perundungan yang masif dan menunjukkan bahwa peran saksi merupakan aspek yang penting untuk diteliti. Ternyata, perundungan tidak hanya berdampak pada korban dan pelaku, melainkan juga pada saksi. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Lambe, Hudson, Craig, and Pepler (2017) yang menemukan bahwa perilaku menolong berkorelasi positif dengan kesulitan psikososial. Jadi, semakin sering seorang remaja memberikan pertolongan kepada teman yang mengalami perundungan maka semakin tinggi kesulitan psikososial yang dialami. Ini

sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zhao et al (2023) saksi juga dapat mengalami stress, mempunyai rasa bersalah, kecemasan, bahkan gejala PTSD serta penurunan kesehatan mental, yang tidak jauh berbeda seperti korban.

Peran-peran dalam perundungan dibagi menjadi empat yaitu pelaku (mereka yang melakukan perundungan), korban (mereka yang menjadi sasaran pelaku perundungan), penolong korban (mereka yang membela korban), dan pendukung pelaku (mereka yang mendukung pelaku) (Djuwita, 2017). Peran-peran saksi memiliki konsekuensi psikologis yang berbeda. Pembela korban biasanya menunjukkan Tingkat empati dan harga diri yang lebih tinggi, serta cenderung mendapat penghargaan sosial yang positif (Salmivalli, Lagerspetz, Bjorkqvist, Osterman, & Kaukiainen, 1996). Sebaliknya, pendukung pelaku biasanya menunjukkan *moral disengagement* tinggi dan dalam jangka panjang berisiko mengalami konflik identitas (Knauf et al, 2024).

Sejumlah penelitian menegaskan bahwa saksi perundungan mengalami reaksi psikososial yang signifikan (Zhao et al, 2023). Saksi yang pasif (*outsider*) biasanya mengalami perasaan bersalah, kecemasan, dan konflik moral karena tidak membantu korban (Thornberg, 2012). Sedangkan penolong korban, meskipun mendapat tekanan sosial atau stigma dari kelompok teman sebaya, secara psikologis tetap mengalami peningkatan harga diri dan motivasi sosial. Ini sejalan dengan yang terjadi di Indonesia, Silfi dan Nurdahlia (2024) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa saksi merasa kasihan terhadap korban tetapi juga mengalami stress.

Pilihan peran saksi dipengaruhi oleh faktor interpersonal, situasional, dan kontekstual. Empati dan *self efficacy* merupakan determinan utama, semakin tinggi keduanya, semakin besar kemungkinan anak bertindak sebagai penolong (Jenkins & Nickerson, 2019). *Moral disengagement* mendorong keterlibatan sebagai pendukung pelaku (Knauf et al, 2024). Selain itu, faktor gender dan kemampuan sosial turut mempengaruhi, dimana siswa perempuan cenderung lebih aktif mempertimbangkan intervensi (Jenkins & Nickerson, 2019). Lingkungan seperti iklim sekolah dan norma sosial juga sangat berpengaruh terhadap apakah saksi berani bertindak atau memilih diam (Pecjak et al, 2024).

Meski penelitian global memberikan Gambaran, di Indonesia, kajian empiris tentang saksi perundungan masih minim, khususnya yang mengaitkan peran saksi dengan kesulitan psikososial. Penelitian terbaru di institusi Pendidikan menunjukkan adanya dampak stress pada semua pihak, terutama saksi. Namun cakupan luas, desai longitudinal, dan asesmen faktor moderasi seperti gender, empati, atau *moral disengagement* masih langka (Thalia & Djuwita, 2024). Inilah alasan utama mengapa fokus pada peran saksi sangat diperlukan dalam riset lokal.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan metode kuantitatif survey. Penelitian ini dilakukan dengan memberikan skala psikologi yang kemudian ditransformasikan ke bentuk angka untuk dihitung dan diinterpretasikan sesuai dengan kebutuhan penelitian.

Prosedur Pengumpulan Data

Penelitian ini dilakukan dengan melibatkan siswa SMA X sebanyak 197 orang dengan karakteristik siswa yang cenderung bermasalah (seperti, sering bolos, terlibat perkelahian, serta masih kuatnya budaya senioritas). Instrumen dalam penelitian ini adalah skala psikologi yang mengukur variabel bebas yaitu perilaku menolong korban (X) yang disusun oleh Djuwita (2017) dan variabel terikat yaitu kesulitan perilaku sosial (Y) dengan menggunakan instrumen *Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ)* yang disusun oleh Bøe dkk (2016) yang diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia.

Prosedur pengumpulan data dilakukan secara langsung mendatangi siswa SMA X di sekolah sepulang kegiatan belajar mengajar selesai dengan menggunakan (1) perangkat tablet yang terhubung dengan skala penelitian, serta (2) Menggunakan perangkat gawai yang dimiliki oleh siswa dengan menunjukkan *qr code* yang terhubung dengan tautan skala penelitian yang kemudian subjek isi sendiri sembari berada dalam pengawasan peneliti.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji asumsi berupa uji normalitas data penelitian serta uji hipotesis menggunakan uji analisis korelasi pearson product moment dengan bantuan perangkat lunak JASP 0.19.2.0.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Partisipan dalam penelitian ini yaitu sebanyak 197 orang siswa. Kemudian dilakukan klasifikasi berdasarkan jenis kelamin yaitu diperoleh sebanyak 91 orang laki-laki dan 106 orang perempuan. Berikut pemaparan demografi responden:

Tabel 1. Demografi Responden

Jenis Kelamin	Rincian	Persentase %
Pria	91	46,19%
Wanita	106	53,8%
Total	197	100%

Berdasarkan tabel 2 mengenai hasil uji normalitas data, analisis menggunakan saphiro wilk diperoleh bahwa kedua vatiabel berdistribusi normal, yaitu sebagai berikut:

Tabel.2 Uji Normalitas

Variabel	Sig	Keterangan
Perilaku Menolong	0.257	Normal
Kesulitan Psikososial	0.415	Normal

Kemudian dilakukan uji hipotesis menggunakan pearson produst momment diketahui nilai signifikansi yang dihasilkan sebesar 0,006 ($p<0,05$), sehingga diketahui terdapat hubungan yang signifikan antara Perilaku Menolong dengan Kesulitan Psikososial, terlihat pada tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Sig	r	Keterangan
Perilaku Menolong dan Kesulitan Psikososial	0.006	-0.674	Signifikan

Penelitian ini menemukan bahwasanya perilaku menolong memiliki hubungan secara signifikan terhadap kesulitan psikososial. Senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Ong et.al (2021) menemukan kesulitan psikososial yang dialami oleh saksi perundungan berhubungan dengan bagaimana prevalensi perilaku menolong terjadi. Hal itu terjadi karena semakin banyak terjadi perilaku menolong akan menyebabkan menurunnya kesulitan psikososial.

Kemudian, Handayani (2016) menyatakan bahwa perilaku prososial berkorelasi dengan peningkatan penerimaan sosial oleh teman sebaya, yang menjadi salah satu indikator utama kesejahteraan psikososial remaja. Terjadinya kesulitan psikososial terkhusus di sekolah menurut Khumalo (2024) disebabkan oleh beberapa hal, diantaranya adalah fasilitas sosial yang dimiliki oleh sekolah karena apabila sekolah minim memberikan dukungan sosial, akan membentuk kesulitan psikososial di iklim sekolah. Senada dengan itu, Arianti, et.al (2025) berpendapat bahwa perilaku menolong itu dipengaruhi oleh faktor-faktor berikut, diantaranya adalah norma pribadi, norma sosial, persepsi ketergantungan.

Gonzalez dan Morelo (2024) menyatakan bahwa perilaku prososial dipengaruhi faktor lain misalnya kecerdasan emosional serta gaya hidup. Karena individu yang memiliki kecerdasan emosional yang bagus serta didukung oleh gaya hidup yang sehat akan membentuk karakter yang tidak akan mengarahkan kepada tindak kekerasan dan malahan sebaliknya, memiliki sosial yang tinggi misalnya perilaku menolong. Selain Patchin dan Hinduja (2022) mengemukakan bahwa perilaku menolong ini perlu untuk ditelusuri lebih jauh serta membutuhkan panduan serta dukungan secara sosial.

KESIMPULAN

Perilaku menolong merupakan salah satu bentuk kepedulian yang dilakukan oleh saksi untuk mencegah atau mengatasi perundungan. Perilaku menolong merupakan hal yang bisa memengaruhi terbentuknya kesulitan psikososial. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan serta memiliki arah hubungan yang negatif sehigga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara perilaku menolong dengan kesulitan psikososial yang artinya semakin tinggi perilaku menolong akan berdpmpak kepada rendahnya kesulitan psikososial begitupun sebaliknya.

DAFTAR REFERENSI

Antoniadou, N., Kokkinos, C. M., & Fanti, K. A. (2019). Traditional and cyber bullying/victimization among adolescents: Examining their psychosocial profile through latent profile analysis. *International journal of bullying prevention*, 1, 85-98.

Arianti, N., Koentjoro, K., & Muhammad, B. (2025). Determinants of Helping Behaviour among Community-Based Disaster Volunteers in Yogyakarta. *International Journal of Disaster Management*, 7(3), 251-260. doi:<https://doi.org/10.24815/ijdm.v7i3.34871>

Djuwita, R. (2017). Dilema saksi perundungan: Membela korban atau mendukung pelaku? peranan orientasi nilai, kebahagiaan psikologis, dan keyakinan efikasi dalam perilaku menolong saksi perundungan. (*Disertasi tidak dipublikasikan*) *Fakultas Psikologi Universitas Indonesia, Depok*.

González Moreno, A., & Molero Jurado, M. D. M. (2024). Prosocial behaviours and emotional intelligence as

- factors associated with healthy lifestyles and violence in adolescents. *BMC psychology*, 12(1), 88.
- Handayani, P. (2016). Pengaruh perilaku prososial dan kepercayaan diri terhadap penerimaan teman sebaya. *Basic Education Journal*, 4(3), 123–130.
- Jenkins, L. N., & Nickerson, A. B. (2019). Bystander intervention in bullying: Role of social skills and gender. *The Journal of Early Adolescence*, 39(2), 141-166.
- Khumalo, G. (2024). Exploring the psychosocial challenges of adolescent learners Opportunities for schoolbased psychosocial support in public schools. *The International Journal of Health, Wellness, and Society*, 14 (2)
- Knauf, R. K., Eschenbeck, H., & Hock, M. (2018). Bystanders of bullying: Social-cognitive and affective reactions to school bullying and cyberbullying. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 12(4).
- Lambe, L. J., Hudson, C. C., Craig, W. M., & Pepler, D. J. (2017). Does defending come with a cost? Examining the psychosocial correlates of defending behaviour among bystanders of bullying in a Canadian sample. *Child Abuse Negl*, 65, 112-123. doi:10.1016/j.chiabu.2017.01.012
- Olweus, D. (1994). Bullying at school: Long-term outcomes for the victims and an effective school-based intervention program. In R. Huesmann (Ed.), *Aggressive behavior: Current perspectives* (pp. 97-98).
- Olweus, D. (2013). School bullying: development and some important challenges. *Annual Review of Clinical Psychology*, 9, 751-780. doi:10.1146/annurev-clinpsy-050212-185516
- Ong, S. H., Tan, Y. R., Khong, J. Z. N., Elliott, J. M., Sourander, A., & Fung, D. S. S. (2021). Psychosocial Difficulties and Help-Seeking Behaviors in Singapore Adolescents Involved in Cyberbullying. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 24(11), 737–744. <https://doi.org/10.1089/cyber.2020.0630>
- Patchin, J. W., & Hinduja, S. (2022). Cyberbullying among tweens in the United States: Prevalence, impact, and helping behaviors. *The Journal of Early Adolescence*, 42(3), 414-430.
- Pecjak, S., Pirc, T., Markovic, R., Špes, T., & Košir, K. (2024). Psychosocial and Moral Factors of Bystanders in Peer Bullying. *International Electronic Journal of Elementary Education*, 16(5), 617-629
- Salmivalli, C., Lagerspetz, K., Bjorkqvist, K., Osterman, K., & Kaukiainen, A. (1996). Bullying as a group process: Participant roles and their relations to social status within the group. *Aggressive Behavior*, 22(1), 1-15. doi:10.1002/(SICI)1098-2337(1996)22:1<1::AID-AB1>3.0.CO;2-T
- Silfi, S. E. L., & nurdahlia, d. U. (2024). Dampak perilaku bullying terhadap psikososial peserta didik ditinjau dari perkembangan emosi dan motivasi belajar (studi kasus di mi ma'arif cekok babadan ponorogo). *Al-ihitirafiah: jurnal ilmiah pendidikan guru madrasah ibtidaiyah*, 29-44.
- Thalia, R., & Djuwita, R. (2024). Siapa yang akan mengalami Kesulitan Psikososial: : Penolong Korban atau Pendukung Pelaku Perundungan?. *Indonesian Research Journal on Education*, 4(4), 2540 –. <https://doi.org/10.31004/irje.v4i4.1753>
- Thornberg, R., Tenenbaum, L., Varjas, K., Meyers, J., Jungert, T., & Vanegas, G. (2012). Bystander motivation in bullying incidents: To intervene or not to intervene?. *Western Journal of Emergency Medicine*, 13(3), 247.
- U.S. Census Bureau. (2000). State and Country QuickFacts. Washington, D.C.: United States Bureau of the Census. Retrieved November 7, 2008, from <http://quickfacts.census.gov/qfd/>
- UNICEF. (2021). Indonesia: Ratusan anak dan remaja menyerukan kebaikan dan diakhirinya perundungan. Retrieved Juni 25, 2021, from <https://www.unicef.org/indonesia/id/siaran-pers/indonesia-ratusan-anak-dan-remaja-menyserukan-kebaikan-dan-diakhirinya-perundungan>
- Zhao, N., Yang, S., Zhang, Q., Wang, J., Xie, W., Tan, Y., & Zhou, T. (2024). School bullying results in poor psychological conditions: evidence from a survey of 95,545 subjects. *Frontiers in psychology*, 15, 1279872.