

ANALISA PEMBENTUKAN KONSEP DIRI PADA KORBAN BULLYING (STUDI KASUS PADA MAHASISWA SUKABUMI)

Elis Yulianti¹, Siti Nurcahya², Sherra Adistiana Rizky Utami³
^{1,2,3}Universitas Sains Indonesia, Bekasi

Email : elisyuliantiikom@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini merupakan eksplorasi mendalam tentang konsep diri mahasiswa yang merupakan korban bullying di masa lalu pada mahasiswa Sukabumi . Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan pengumpulan data melalui wawancara mendalam. Hasil penelitian ini menunjukkan keragaman dalam pengalaman dan dampak bullying terhadap konsep diri mahasiswa Sukabumi. Temuan mencakup perubahan dalam harga diri, harga diri akademik, serta perasaan rendah diri yang berkaitan dengan pengalaman bullying. Selain itu, dukungan sosial dari teman sebaya dan keluarga memainkan peran penting dalam proses pemulihan dan pengembangan konsep diri yang lebih positif.

Penelitian ini memiliki implikasi penting untuk lingkungan mahasiswa di Sukabumi dan Ilmu Komunikasi secara umum. Hasilnya dapat memberikan panduan bagi institusi pendidikan untuk memahami dampak bullying pada mahasiswa dan mengembangkan program dukungan yang sesuai. Setelah itu, penelitian ini juga memberikan kontribusi pada pemahaman lebih mendalam tentang kompleksitas konsep diri dalam konteks komunikasi interpersonal.

Kata Kunci: Bullying, konsep diri, komunikasi interpersonal.

Abstract

This research constitutes an in-depth exploration of the self-concept of students who were victims of past bullying in Sukabumi. Bullying has emerged as a social issue impacting various aspects of an individual's life, including their self-concept. The objective of this research is to understand how past bullying experiences influence the self-concept of Sukabumi students.

The research methodology employed a qualitative approach with data collected through in-depth interviews. Research informants consisted of several Sukabumi students who had experienced bullying. The interview data were analyzed using content analysis, which involved identifying patterns, themes, and concepts that emerged from their narratives. The results of this research reveal diversity in the experiences and impacts of bullying on the self-concept of Sukabumi students. Findings encompass changes in self-esteem, academic self-worth, as well as feelings of low self-esteem related to bullying experiences. Additionally, social support from peers and family plays a crucial role in the recovery process and the development of a more positive self-concept.

This research holds significant implications for the student environment in Sukabumi and Communication Science in general. Its outcomes can provide guidance for educational institutions to understand the impact of bullying on students and develop appropriate support programs. Furthermore, this research contributes to a deeper understanding of the complexity of self-concept in the context of interpersonal communication.

Therefore, this study not only delineates the influence of bullying experiences on the self-concept of Sukabumi students but also provides a foundation for further contemplation in understanding the role of interpersonal communication in individual development.

Keywords: *Bullying, self-concept, interpersonal communication.*

1. PENDAHULUAN

Dalam sejarah manusia, kejadian bullying atau pelecehan seringkali menjadi bagian dari pengalaman social yang merusak. Bullying dapat terjadi dalam berbagai konteks, mulai dari lingkungan sekolah hingga masyarakat, dan melibatkan berbagai bentuk perilaku yang merendahkan dan merugikan individu yang menjadi sasaran. Meskipun perhatian terhadap masalah ini semakin meningkat di era kontemporer, penting untuk memahami bagaimana bullying telah memengaruhi masyarakat di masa lalu dan bagaimana strategi komunikasi interpersonal yang efektif dapat digunakan untuk mengatasinya. Bullying atau perundungan adalah fenomena yang telah lama menjadi perhatian di berbagai tingkatan sosial, terutama di kalangan anak-anak dan remaja. Ini mencakup berbagai perilaku yang bersifat merendahkan, mengintimidasi, dan merugikan individu lain secara fisik, verbal, atau psikologis. Bullying dapat terjadi di berbagai lingkungan, termasuk di sekolah, di lingkungan sosial, atau bahkan dalam dunia daring (cyberbullying).

Bullying tidak hanya merupakan isu social, tetapi juga memiliki dampak yang serius pada kesejahteraan psikologis dan emosional korban. Salah satu aspek psikologis yang sering terpengaruh adalah konsep diri atau self esteem. Konsep diri mencakup persepsi individu tentang diri mereka sendiri, termasuk penilaian terhadap kemampuan, harga diri, dan pandangan tentang diri mereka sebenarnya.

Menurut R. Wayne Pace, komunikasi interpersonal atau komunikasi antarpribadi adalah proses komunikasi antara dua orang atau lebih secara tatap muka. Ini memungkinkan komunikator menyampaikan pesan secara langsung dan komunikan dan menanggapi secara bersamaan.

Self Esteem adalah sebuah pikiran, perasaan dan pandangan seseorang terhadap dirinya sendiri. Self esteem adalah satu aspek yang dinilai penting dalam dunia psikologi. Dengan adanya self esteem

orang bisa lebih percaya dengan diri sendiri, mencintai diri, menghargai diri, dan menerima kekurangan dan kelebihan diri sendiri.

Self esteem adalah sebuah pikiran, perasaan, pandangan seseorang terhadap dirinya sendiri. Kesehatan self esteem ditentukan oleh seberapa kamu bisa percaya dengan diri sendiri, mencintai diri sendiri, mengapresiasi diri sendiri, dan menghargai diri sendiri. Karena pentingnya self esteem, kita harus memiliki self esteem yang sehat. Kesehatan self esteem ini sangat mempengaruhi prestasi, relasi kita dengan orang lain, dan rasa puas terhadap diri sendiri. Jika self esteem kita tidak sehat, dapat membuat kita menjadi depresi, potensi diri tidak dapat berkembang, bahkan bisa terjerumus kedalam hubungan yang tidak sehat. Self esteem yang terlalu tinggi juga menyebabkan kita tidak bisa mengetahui kesalahan dan belajar dari kesalahan. Bahkan hal ini bisa menyebabkan gejala narsistik dan megalomania.

Self esteem merupakan salah satu dari kepribadian seseorang yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Coopersmith (1967) Self esteem adalah evaluasi yang dibuat individu dan biasanya berhubungan dengan penghargaan terhadap dirinya sendiri, hal ini mengekspresikan suatu sikap setuju atau tidak setuju dan menunjukkan tingkat dimana individu itu meyakini diri sendiri mampu, penting, berhasil dan berharga.

Pentingnya self esteem ini membuat kita untuk lebih mensyukuri apa yang dimiliki. Tidak membanding-bandingkan diri dengan yang lain, menerima kekurangan dan kelebihan diri dengan baik. Jika merasa kurang samakan dengan kelebihan dimiliki, tidak perlu malu dengan kekurangan yang dimiliki.

Menurut Brandt (2005) self esteem adalah keyakinan dari tindakan kita untuk menghadapi tantangan kehidupan. Self esteem adalah keyakinan untuk kita bahagia, perasaan berharga, serta kelayakan diri yang memungkinkan kita untuk menegaskan kebutuhan dan menikmati hasil dari kerja kita.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif adalah sebuah metode yang digunakan untuk mendapatkan data yang mendalam, suatu data yang mengandung makna. Makna sendiri merupakan data yang sebenarnya, data yang pasti, merupakan suatu nilai dibalik data yang tampak (Sugiono, 2005:3). Selain jenis pendekatan unsure penting lain dalam penelitian

adalah jenis penelitian. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Menurut Nordholt (1972:88) jenis penelitian deskriptif bertujuan untuk mengetahui indicator-indikator intruksi, atau sifat-sifat sewajarnya suatu gejala social tertentu.

Menurut Bogdan dan Taylor (1975, dalam Cuplis, 2009) analisa data didefinisikan sebagai proses yang merinci usaha formal untuk menentukan tema dan merumuskan hipotesis (ide) seperti yang disarankan oleh data dan sebagai usaha untuk memberikan bantuan pada tema dan hipotesis itu. Meleong (2009, dalam Cuplis, 2009) menjelaskan analisis data merupakan proses mengorganisasikan dan mengurutkan data dalam pola, kategori, dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesis kerja seperti yang disarankan oleh data.

Teknik analisis data menunjukkan cara mengolah data yang sudah terkumpul untuk dilakukan pembahasan data dari lapangan. Analisa data berperan penting dalam proses memindahkan, proses analisa data didahului dengan pengujian kredibilitas. Teknik analisa yang digunakan bersifat induktif / kualitatif dan sebatas menggambarkan peranan komunikasi interpersonal Mahasiswa Sukabumi dengan kejadian bullying yang dialami di masa yang lalu.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode triangulasi dan untuk menguji kredibilitas data yang diperoleh. Menurut Suparno (2005:71) triangulasi dapat diartikan sebagai “melihat satu realitas dari berbagai sudut pandang atau persepektif, dari berbagai segi sehingga lebih kredibel dan akurat

PEMBAHASAN

Informan 1 Kang Bahar menyampaikan bahwa dirinya hanya diam. Karena saat kejadian itu informan masih di bangku Sekolah Dasar kelas 5.

“ehhh,,, emang waktu dulu mah ya, masih kecil mah belum berpikiran apa-apa gitu teh, jadi di diemin aja we.”

Informan 2 Kang Fajrin juga menyampaikan hal hampir tidak jauh berbeda. Karena saat bully itu terjadi informan berusia sekitar 14-15 tahun.

“menghadapinya ee... lebih ke lapang dada ya. gimana ya, aku ga ada niatan membalas mereka ataupun rasa yang gimana gitu ya. Udah ajalah ya. Merekakan sudah melakukan bullying ya! Karna bullying yang aku alami ini itu bukan berbentuk fisik, kaya muka di pukul atau apa.tapi

hanya dari apa? dari mulut aja, kaya ngatain, iya kaya gitu aja. Cuman aku kaya, ya udahlah aku ga banyak apa-apa, aku cuman diem aja dan nerima doang.”

Informan 3 Putri juga menyampaikan dengan singkat dan cepat saat menjawab. Begitupun informan 3 Putri mengalami bullying saat informan duduk di bangku SMA.

“diem aja, aku diem aja waktu mereka ngehina aku”

Informan 4 Eka juga hampir tidak jauh dari jawaban informan yang lain, informan 4 Eka memilih cara untuk menjauh dari pelaku.

“menjauh dari kerumunan”

Informan 5 Sultan jawabannya juga tidak jauh berbeda dengan informan 4 Eka, informan 5 Sultan memilih cara untuk menghindar.

“situasinya saat itu? Saat itu sih lebih ke...lebih ke ngobrol sama orang tua terus ehh ngobrol sama sahabat gitu. SMP saya cuman punya tiga temen aja ga banyak, karna mungkin ehh karna saya juga kebanyakan kebetulan dispensasi waktu itu banyak lomba terus eehhh banyuak diluar sekolah lah gitu”

Informan 6 Neng Gina menghadapi situasi yang saat itu terjadi merasa takut dalam menghadapi orang bukan hanya pelaku bullying. Karena saat bully itu terjadi usia informan saat itu 13-14 tahun.

“saat itu, saat itu saya ngerasa situasi yang saya Jalani itu ngerasa takut, merasa bahwa sanya setiap orang yang saya temui saat itu, orang-orang jahat. Tapi ehh mungkin, sekarang seiring berjalannya waktu saya berfikir, bahwa sanya semua orang tidak akan melakukan dan tidak akan ehh gimana ya? Tidak, orang-orang tidak semuanya akan melakukan hal yang serupa.”

Pemahaman Diri dan Pemulihan: Tingkat Kepercayaan Diri, Pembelajaran, dan Dukungan

Apakah ada perubahan dalam tingkat kepercayaan diri Anda?

Pengalaman bullying sering kali mempengaruhi tingkat kepercayaan diri individu. Beberapa mungkin mengalami penurunan kepercayaan diri, sementara yang lain mungkin berhasil membangun kembali kepercayaan diri mereka setelah pengalaman tersebut.

Informan 1 Kang Bahar mengatakan bahwa

“sekarang mah ga mungkin yah, ga mungkin kaya gitu lagi. Soalnya dulu mah kurangnya gadget atau hp jadi suka ke fisik maen maennya teh.”

Informan 2 Kang Fajrin merasakan kepercayaan diri yang sekarang meningkat seiring berjalannya waktu.

“emm,, kalua dulu iya, waktu pertama-tama di bully. Tapi kalua ke sekarang engga sih, kalua kepercayaan diri sih meningkat, meningkat karna semakin dewasa kali ya! Jadi meningkat.”

Informan 3 Putri mengatakan selama menjadi korban bullying penurunan harga diri sangat terasa karena terus menerus di olok-olok.

“kalua dulu sih iya, karna sering di bully jujur saya ngerasa rendah diri. Karna gimana ya, mereka kan terus ngejek aku, mojom-mojokin aku. Jadinya aku berpikir bahwa aku ini beneran seperti itu, kurang bagus lah intinya mah. Kaya sering membandingkan diri dengan orang lain gitu. Pokoknya jadi rendah diri ps waktu dulu jadi korban bully mah. Cuman kalua sekrang sih engga. ”

Informan 4 Eka mengatakan bahwa perubahan kepercayaan dirinya berubah saat berada di lingkungan baru.

“cukup berubah di lingkungan baru”

Informan 5 Neng Gina sama seperti informan 2 mengatakan bahwa seiring berjalannya waktu perubahan kepercayaan diri meningkat.

“emm kesehatan mental itu, jauh lebih baik untuk percaya dan membuat diri kita tuh dari yang sebelumnya mungkin sekarang seiring berjalannya waktu, dulu kita pernah di bully tapi sekarang sudah tidak. Untuk menjaga kesehatan mental, mungkin berpikir positif itu, dari sana kita bisa mempercayai seseorang. Tidak apa ya ?? walau pun kita sedikit-sedikit tidak percaya, cuman dari sana kita belajar bahwa sanya ya semua orang itu gak sama.”

Apa tindakan kecil yang Anda lakukan untuk merawat dan mencintai diri sendiri?

Merawat diri dan mencintai diri sendiri adalah bagian penting dari pemulihan. Tindakan-tindakan kecil seperti self-care dan self-compassion dapat membantu individu membangun kembali harga diri mereka.

Informan 1 Kang Bahar meningkatkan kemampuan diri untuk merawat dan mencintai dirinya.

“menjadi programmer menjadi pilihan yang tepat. Boncel-boncel juga kan bisa ngoding bisa bikin aplikasi.”

Informan 2 Kang Fajrin merawat dirinya dengan selalu bersyukur.

“hal kecil, apapun yang kita dapat kita lakukan bersyukur. Itu yang paling utama sih.”

Informan 3 Putri cara merawat dan mencintainya dirinya dengan menerima diri sendiri.

“mencintai dan merawat ya, untuk merawatnya aku saat ini lebih ke selalu berpositif aja sih ka, maksudnya ntah itu berperilaku positif, ntah itu berpikiran positif, pokoknya always positif. Untuk mencintai diri, aku mulai menerima diri. Aku kan dulu sering di ejek item malah sampai di panggil blacki, nah dulu kan aku juga jadinya selalu bandingin kulit aku sama orang ya, dan aku jadi minder. Tapi sekarang aku mulai menerima diri, tapi aku merawat kulit aku. Meskipun item tapi bersih dan resik”

Informan 4 Eka mengungkapkan bahwa dirinya lebih memilih apa yang menjadi kegemarannya.

“berolahraga dan menjalankan hobi”

Informan 5 sama seperti informan 4 cara merawatnya melakukan apa yang menjadi kegemarannya.

“jadi hal pertama kali setelah bangun saya dengerin music dulu 10 menit untuk mood saya, yang kedua saya harus bergerak, entah itu 5 menit atau 10 menit, untuk membangunkan semua organ dalam tubuh saya, yang ketiga saya haus minum air putih yang banyak.”

Informan 6 Neng Gina memiliki cara yaitu dengan memupuk kepercayaan diri.

“emm, apa ya?? Percaya diri.”

Apakah ada bantuan dari orang-orang atau sumber daya yang membantu Anda?

Dukungan dari orang-orang yang peduli dan sumber daya seperti konselor atau kelompok dukungan adalah faktor penting dalam proses pemulihan. Bantuan dari luar dapat membantu individu merasakan bahwa mereka tidak sendirian dalam pengalaman mereka.

Informan 1 Kang Bahar saat merasa terpruk saat itu, teman yang selalu ada.

“paling temen-temen.”

Informan 2 Kang Fajrin

“oke ehh,,, pertama pastinya diri aku ya. Kalau misalkan dari sumber lain yaa orang tua, keluarga. Paling gitu sih yang membantu.”

Informan 3 Putri

“kalau yang nguatin sih sebenarnya diri sendiri ka, cuman temen juga membantu sih. Meskipun membantu mereka bukan melawan langsung si pembully. Dengan mereka masih mau menjadi temen aku aja itu udah cukup membantu sih ka.”

Bagaimana Anda merespons tingginya kasus bullying saat ini?

Merespons tingginya kasus bullying membutuhkan kesadaran dan tindakan. Individu mungkin ikut serta dalam kampanye anti-bullying, menjadi pendukung di komunitas, atau berpartisipasi dalam upaya pencegahan bullying.

Informan 1 Kang Bahar

“sampah banget sih. Kenapa harus pake fisik gitu. Kurang didikan merennya. Orang tuanya bodo amat mereun.”

Informan 2 Kang Fajrin

“ehh, aku pengennya,,, aku suka tuh ikut komentar-komentar gitu, netizen-netizen gitu aku suka ikutan. Kalau misalnya ada postingan bullying-bullying, aku tuh pengennya pelaku bully itu di hukum seberat-beratnya.”

Informan 3 Putri

“bullyin yang terjadi sekarang ya?,, sejujurnya sedih sih, karna aku juga korban bully jadi aku tau gimana lelahnya mereka, bagaimana sakitnya, bagaimana kesepiannya. Sebenarnya mereka itu generasi bangsa loh, tapi udah di hancurkan mentalnya hanya karna bullying sih.”

Bagaimana cara Anda berusaha mengurangi bullying?

Upaya untuk mengurangi bullying dapat melibatkan tindakan nyata dalam lingkungan sekolah, tempat kerja, atau komunitas. Ini termasuk berpartisipasi dalam program anti-bullying, meningkatkan kesadaran, dan mendukung korban.

Informan 1 Kang Bahar

“si pembullynya kan bisa di nasehati. Disepetan gitu “nanaonan ieu teh ngabully, geus teu usum” (sambil tertawa ringan).”

Informan 2 Kang Fajrin

“kalau aku selalu menanamkan cara kita mendominasi diri kita. Karna kalau kita lemah tidak mendominasi, itu akan digunakan menjadi bahan bully, jadi korban bully. Kita ga boleh pendiem, kita ga boleh lemah, kita harus mendominasi diri kita bahwa kita kuat.”

Informan 3 Putri

“menurut aku sih ya ka, meminimalisirnya itu dengan pengajaran toleransi sih. Kenapa? Karna di satu lingkungan itu akan banyak orang-orang yang berbeda. Pasti akan ada di satu lingkungan seseorang yang berbeda, kalau kita punya rasa toleransi dan menghargai yang tinggi mungkin bullying ini bisa di minimalisir. Mungkin ya ka.”

Informan 4 Eka

“menghindarinya.”

Apa tindakan yang Anda ambil untuk meningkatkan atau mempromosikan self-esteem?

Meningkatkan atau mempromosikan self-esteem melibatkan tindakan individu untuk merawat dan membangun harga diri mereka serta mendorong orang lain untuk melakukannya. Ini dapat mencakup mempromosikan self-care, memberikan pujian kepada diri sendiri, dan mendukung orang lain dalam meningkatkan kepercayaan diri mereka.

Informan 2 Kang Fajrin

“kalau meningkatkan harga diri itu ya, aku berusaha menjadi lebih baik, lebih elegan dari sebelumnya. Dari cara kita berbicara, dari cara kita berpakaian, dari cara kita menyampaikan sesuatu, dengan cara kita bertingkah laku itu, kita sudah memperlihatkan bahwa kita bisa menaikkan harga diri.”

Informan 3 Putri

“mempercantik diri sih, memperlihatkan ke orang lain terutama pelaku bullying, bahwa aku sekarang sudah memiliki percaya diri, tidak mudah untuk di tinds seperti dulu.”

Informan 4 Eka

“tidak memperdulikan omongan buruk seseorang kepada kita.”

Mengatasi Bullying dalam Proses Pematangan: Sikap, Perkembangan Positif, Hubungan Interpersonal, dan Potensi Diri

Bagaimana sikap Anda saat ini menghadapi bullying dengan usia yang lebih dewasa dan perubahan pikiran?

Dengan bertambahnya usia dan pengalaman, sikap individu terhadap bullying dapat berubah. Mereka mungkin menjadi lebih bijak dalam menangani situasi tersebut, mungkin lebih cenderung untuk berbicara atau melaporkan kasus bullying, dan mungkin lebih memahami kompleksitas dinamika di balik perilaku pelaku bullying.

Informan 1 Kang Bahar

“apa ya,, ya paling itu aja menasihati “udah sih nanaonan, arek naon ngabully oge, haying di sebut hero apa? Pengen disebut jeger 2 gitu?” (sambil tertawa). Ga pantes sih. Apalagi SMP SMA mah kita masih minta ke orang tua.”

Informan 2 Kang Fajrin

“harus mendominasi. Kan kalo orang di bully itu suka menunduk malu. Tapi kita dengan menegakan postur tubuh kitatuh harus tegak itu sudah memperlihatkan bahwa diri kita tidak mudah di bully. Dan yang ngebully itu diem aja.”

Informan 3 Putri

“bullying sekarang itu sebenarnya menurut sku lebih serem sih, dan untuk sekarang itu bullying di saat ini untuk aku, itu tindakan yang bodoh sih.

Informan 4 Eka

“Fokus saja kepada diri sendiri, memang agak sulit untuk tidak peduli namun dibalik itu diri kita lebih dari apa yang mereka katakan, jadi berjuanglah untuk terus berubah dalam hal positif dan lakukan kegiatan yang memang menambah skill atau kepuasan diri sendiri.”

Bagaimana perasaan Anda ketika melihat perkembangan positif dalam penghargaan diri setelah mengatasi bullying?

Melihat perkembangan positif dalam penghargaan diri setelah mengatasi bullying dapat menjadi momen yang memuaskan dan membanggakan. Individu mungkin merasa lebih percaya diri, bahagia, dan bangga dengan pencapaian mereka dalam mengatasi pengalaman yang sulit.

Informan 1 Kang Bahar

“emm gimana, merasa beruntung aja sih. Karna pas waktu SMK suka maen game suka ngecit, jadi pengen sih buat citra, buakan pengen buat game na.”

Informan 2 Kang Fajrin

“dari waktu ke waktu ya. Karna mungkin waktu itu aku masih menunjukkan sisi aku yang lemah, belum memperlihatkan diri aku, ga berani untuk menatap orang lain, saat itu. Dari situ aku belajar, dari mendominasinya diri aku orang itu akan melemah dengan sendiri, gitu.”

Informan 3 Putri

“bangga sih sebenarnya dengan diri sendiri, sudah bisa melewati masa sulit saat bullying dan sudah menjadi yang sekarang ini.”

Informan 4 Eka

“Bagus banget, terlihat seperti seseorang yang memiliki sifat/personal yang baru.”

Bagaimana pengalaman Anda dengan bullying di masa lalu memengaruhi hubungan Anda dengan orang lain, terutama dalam komunikasi?

Pengalaman bullying di masa lalu dapat memengaruhi hubungan interpersonal dan komunikasi. Beberapa individu mungkin mengalami kesulitan dalam mempercayai orang lain, atau mereka mungkin lebih sensitif terhadap perilaku yang bisa dianggap sebagai bentuk bullying. Pengalaman ini juga dapat memengaruhi kemampuan untuk membuka diri dalam komunikasi.

Informan 1 Kang Bahar

“jadi agak pendiam sih. Dari dulu sih, jadi lebih banyak diem lebih pemilih, liat karakternya dulu sih. Kalua emang ketemu pas, terus baru ajak ngopi kerumah. Hehee”

Informan 2 Kang Fajrin

“eehhh kalua komunikasi aku sih ga ada jelek-jeleknya sih ka. Karna di umur segini mungkin ga ada lagi kali ya. Karna mungkin sifat kedewasaan kita yang sudah tumbuh.”

Informan 3 Putri

“kalua dulu sih aku jujur jadi minder dengan lingkungan, tetapi kalua untuk lingkungan yang baru ga sih. Karna kan mereka tidak tau aku pernah mengalami seperti apa, jadi kalua untuk lingkungan baru aku selalu bisa menyesuaikan.”

Informan 4 Eka

“Tidak percaya diri untuk menyapa duluan atau mengobrol dengan orang-orang yang ada di lingkungan baru, seperti pertama kali masuk sekolah smp, sma maupun kuliah.”

Informan 5 Sultan

“kalau bakat unik, mungkin saya udah sadar dari dulu ya, dari mulai segi talenta music, terus dari olahraga, mungkin bahkan akademik juga, saya pernah juara Olimpiade Kota Sukabumi tahun 2020.”

Informan 6 Neng Gina

“kelebihannya, kekeurangannya mungkin karena saya tidak bisa melawan seseorang itu. Untuk kelebihan saya mungkin mempunyai cara saya berpikir dan saya, daripada saya melawan mungkin saya bisa diam dan itu saya jadikan kelebihan saya. Karena diam itu jadi orang-orang. Saya tidak bisa mendeskripsikan kekurangan dan kelebihan, mungkin dari diamnya saya itu menjadi kelebihan saya untuk tidak melawan orang-orang yang menindas saya, membully saya, mengintimidasi saya.”

Keterampilan atau potensi apa yang Anda kembangkan sekarang?

Pengalaman bullying dapat mendorong individu untuk mengembangkan keterampilan baru. Mereka mungkin telah mengembangkan keterampilan dalam menangani konflik, keterampilan emosional, atau bahkan keterampilan berbicara yang kuat.

Informan 1 Kang Bahar

“tentunya ngoding sih. Heheee ngoding is number one.”

Informan 2 kang Fajrin

“kalau aku, harus meningkatkan value gitu ya. Seperti, ilmu aku harus lebih dari yang lain, pengetahuan aku harus lebih dari yang lain. Dan ketika aku di tanya aku bisa jawab lebih dari apa yang mereka ketahui.”

Informan 3 Putri

“aku suka nari, aku dulu pernah mengembangkan hobi nari lewat tari jaipong. Kalua sekarang aku pengen ningkatin kualitas pendidikan agar tidak direndahkan lagi seperti dulu.”

Informan 4 Eka

“Menambah wawasan tentang seni dan bisnis, lalu olahraga untuk memperbaiki fisik.”

Apa kelebihan yang Anda miliki untuk meningkatkan rasa percaya diri?

Setelah mengatasi bullying, individu mungkin memiliki kelebihan yang muncul. Ini bisa mencakup ketahanan, pemahaman tentang kekuatan pribadi, atau rasa empati yang lebih besar terhadap orang lain yang mengalami kesulitan. Kelebihan ini dapat digunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri dan mendukung orang lain dalam proses pemulihan mereka.

Informan 1 Kang Bahar

“paling nyombingin projekkan. Heheee. Projek sendiri ya, kalua sekarang belum kepikiran sih. Tapi kemaren baru beres website autoblog gitu ning.”

Informan 2 Kang Fajrin

“aku sudah tau kelebihan aku dimana, tunjukan kepada orang itu. Aku tuh nunjukin aku tuh punya kemampuan ini, punya skill ini ke orang lain.”

Informan 3 Putri

“kelebihan saya yang saya sadari untuk bisa saya kembangkan adalah menari, dan juga kalua mau sombong untuk di bidang pendidikan juga saya bukan bocah kosong. Hahaaa.”

Informan 4 Eka

“Jago masak karena pernah kerja di hotel jadi chef, itu membuat saya percaya diri.”

Sebagian besar informan cenderung diam ketika mereka mengalami bullying. Rasa takut adalah respons emosional umum ketika berhadapan dengan pelaku bullying. Beberapa informan merasa malu ketika diolok-olok di depan umum. Beberapa individu lebih memilih untuk diam dan

menghindar daripada membela diri. Pikiran berlebihan adalah respons emosional umum setelah mengalami bullying. Beberapa informan merasa terbiasa menghadapi pelaku bullying.

Pengalaman bullying mempengaruhi tingkat kepercayaan diri individu. Beberapa informan mengalami penurunan kepercayaan diri, sementara yang lain berhasil membangun kembali kepercayaan diri mereka. Pengalaman menjadi korban bullying menjadi pelajaran berharga dalam kehidupan individu. Mereka belajar tentang ketahanan, cara mengatasi rasa takut, dan pentingnya dukungan sosial. Merawat dan mencintai diri sendiri adalah bagian penting dari pemulihan. Tindakan-tindakan kecil seperti self-care dan self-compassion membantu individu membangun kembali harga diri. Dukungan dari orang-orang yang peduli dan sumber daya seperti konselor adalah faktor penting dalam proses pemulihan. Meningkatkan penilaian diri adalah tujuan banyak korban bullying. Individu mengambil langkah-langkah konkret untuk membangun kembali konsep diri mereka.

Memberikan pandangan kepada pelaku bullying mencakup upaya untuk memahami penyebab perilaku mereka, mendidik mereka tentang dampak negatif bullying, atau melaporkan perilaku tersebut. Memberikan motivasi kepada korban bullying adalah upaya untuk mendukung mereka, memberikan dukungan emosional, dan membantu mereka membangun kepercayaan diri serta mengatasi pengalaman traumatis. Merespons tingginya kasus bullying membutuhkan kesadaran dan tindakan. Individu ikut serta dalam kampanye anti-bullying dan berpartisipasi dalam upaya pencegahan bullying. Upaya untuk mengurangi bullying melibatkan tindakan nyata dalam lingkungan sekolah, tempat kerja, atau komunitas. Meningkatkan atau mempromosikan self-esteem.

Simpulan

Hasil penelitian yang dilakukan peneliti yang berjudul Analisa Pembentukan Konsep Diri Pada Korban Bullying (Studi Kasus Pada Mahasiswa Sukabumi)

1. Komunikasi merupakan kegiatan yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia. Secara garis besar komunikasi merupakan kebutuhan hakiki bagi kehidupan manusia. Banyak orang berpendapat bahwa salah satu alasan mengapa kita berkomunikasi adalah untuk memperoleh informasi dan mengetahui terhadap suatu yang menarik perhatian kita, sekaligus berinteraksi dengan orang lain. Dalam kehidupan manusia, komunikasi memegang peranan yang sangat penting, karena komunikasi merupakan wahana utama dari kegiatan dan kehidupan manusia sehari-hari. Komunikasi menjadi sebuah alat hidup bagi kepentingan manusia, karena manusia adalah makhluk sosial atau makhluk yang tidak dapat berdiri sendiri, tetapi ia senantiasa

memerlukan dan membutuhkan bantuan orang lain. Manusia antara yang satu dengan yang lainnya selalu mengadakan hubungan dan kerjasama untuk saling memenuhi kebutuhan masing-masing sebagaimana dikemukakan oleh Rahmat yang mengatakan bahwa komunikasi selalu hadir dalam bidang kehidupan manusia, karena merupakan faktor yang sangat penting dalam menumbuhkan hubungan antara manusia.

2. Harga Diri Mempengaruhi Segalanya Self esteem atau harga diri tidak hanya memengaruhi apa yang kita pikirkan, tetapi juga bagaimana perasaan dan perilaku kita. Hal tersebut memiliki konsekuensi yang signifikan bagi kebahagiaan dan kenikmatan hidup kita. Ini sangat mempengaruhi peristiwa dalam hidup kita, termasuk hubungan kita, pekerjaan dan tujuan kita, dan bagaimana kita merawat diri kita sendiri dan anak-anak kita nantinya.

3. Hubungan antara Harga Diri dan Kepercayaan Diri Dengan Kemampuan Komunikasi Interpersonal, Manusia adalah makhluk sosial yang tidak lepas dengan komunikasi, apapun yang dilakukan dalam aktivitas mereka selalu dengan komunikasi. Sugiyo menyatakan komunikasi merupakan kegiatan manusia menjalin hubungan satu sama lain yang demikian otomatis keadaannya, sehingga sering tidak disadari bahwa keterampilan berkomunikasi merupakan hasil belajar. Dengan adanya komunikasi interpersonal yang terjalin dalam lingkungan akan mempermudah individu dalam melakukan kegiatan. De Vito menyatakan komunikasi interpersonal adalah penyampaian pesan oleh satu orang dan penerimaan pesan oleh orang lain atau sekelompok kecil orang, dengan berbagai dampaknya dan dengan peluang untuk memberikan umpan balik segera.

Pustaka yang berupa jurnal ilmiah

Arsa, R. M., Santoso, B., & Sos, S. (2023). Pengaruh Komunikasi Interpersonal Guru Bimbingan Konseling Terhadap Motivasi Belajar Siswa (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

Fatimah, T., & Amin, A. (2022). Konsep Diri dan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa SMP. *Academic Journal of Psychology and Counseling*, 3(1), 53-72.

Haryanti, K. (2020). Efektivitas pelatihan komunikasi interpersonal terhadap kepercayaan diri dan harga diri pada remaja panti asuhan. *Efektivitas Pelatihan Komunikasi Interpersonal Terhadap Kepercayaan Diri Dan Harga Diri Pada Remaja Panti Asuhan*, 1(1), 49-62.

-
- Latandi, G. (2022). HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DAN HARGA DIRI DENGAN KETERAMPILAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI 5 TANA TORAJA.
- Pribadi, E. A., & Erdiansyah, R. (2019). Pengaruh kepercayaan diri dan harga diri terhadap keterampilan komunikasi interpersonal remaja di Jakarta. *Koneksi*, 3(2), 453-462.
- Pratiwi, I. W. (2020). Strategi Komunikasi Interpersonal Guru dalam Pelaksanaan Pembelajaran Jarak Jauh di Sekolah Dasar, Klaten, Jawa Tengah. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Pengembangan SDM*, 9(2), 30-46.
- Purandina, I. P. Y. (2021). Guru Dalam Membangun Strategi Komunikasi Interpersonal Jarak Jauh. *WIDYALAYA: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 1(3), 294-305.
- Trimardhani, V., Rachmawati, D., & Yulma, Y. (2021). Strategi Komunikasi Persuasi untuk Pencegahan Aksi Bullying di SMP Negeri 85 Jakarta. *Warta Ikatan Sarjana Komunikasi Indonesia*, 4(1), 60-71.
- Yusuf, A. (2023). Pelatihan Keterampilan Komunikasi Sebagai Strategi Pencegahan Bullying Verbal di STKIP Andi Matappa. *EPIC: Jurnal Pendidikan Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 20-27.