

FENOMENA BULYING DI PONDOK PESANTREN ATH-THOHIRIYYAH DAN DAMPAKNYA TERHADAP KESEHATAN MENTAL SANTRI

Oleh : Bintang Rizqi Ardiansyah
Pembimbing: Nailil Hikmah
Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 J epara

ABSTRAK

Bullying berasal dari bahasa inggris yang memiliki arti penindasan atau risak. Bullying merupakan suatu tindakan kekerasan atau penindasan kepada seseorang secara sengaja oleh individu atau kelompok dengan tujuan menyakiti korban dan membuat korban takut, serta dilakukan secara terus-menerus. Bullying yang marak terjadi pada anak-anak dan remaja dapat memberi dampak yang berkepanjangan dalam kesehatan mental anak. Anak yang ditindas pada masa-masa pertumbuhan cenderung memiliki mental yang lebih pendiam, penakut, dan jarang mengekspresikan keinginan. Oleh karena itu, kita sebagai orang dewasa harus melakukan pendidikan kepada anak agar tidak menjadi pelaku bullying maupun korban bullying.

Kata Kunci: Bullying, pondok pesantren, kesehatan mental, santri

A. Latar Belakang

Bullying merupakan tindakan kekerasan dan tidak hanya kekerasan omongan juga termasuk bullying, yang dilakukan secara berulang dan melibatkan kekuatan fisik antara korban dan pelaku. Di Indonesia, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) merilis data bahwa kasus bullying ditemukan sekitar 87,65% di mana korban laki-laki lebih banyak dari pada perempuan, dan perilaku bullying lebih rentan terjadi di usia remaja awal (Desiree, 2013; Aisyah, 2015).

Kekerasan seperti bullying kini marak terjadi, tidak hanya di masyarakat umum kasus seperti ini juga terjadi di dunia pendidikan. Dalam lingkup masyarakat bullying lebih dikenal dengan ejekan. Lingkungan masyarakat merupakan tempat bertemunya berbagai karakter yang berbeda-beda. Hal ini membuat seseorang harus beradaptasi dengan lingkungan barunya.

Bullying yang terjadi di lingkungan pondok pesantren biasanya disebabkan karena anaknya kekurangan terutama fisiknya. Jenis bullying yang terjadi di pesantren dapat dilakukan secara verbal dan non verbal. Verbal yaitu suatu tindakan yang dilakukan dengan omongan seperti mengejek dan mengolok-ngolok. Sedangkan non verbal biasanya dilakukan dengan kekerasan fisik, hukuman, serta mempermalukan di depan umum (Duwita 2020).

Kesehatan mental merupakan suatu hal yang penting bukan hanya dari kesehatan fisik atau raga. Karena melalui kesehatan mental yang kuat pula fisik juga ikut kuat, juga mudah beradaptasi dengan lingkungan baru. "Istilah (Kesehatan Mental)" berasal dari sebuah konsep dengan sebutan dalam bahasa Inggris mental hygiene. Kata mental ini merupakan serapan dari bahasa Yunani, yang pengertiannya sama dengan Payche pada bahasa Latin dengan arti psikis, jiwa atau kejiwaan, (Ariadi 2019).

Bullying di dunia pendidikan sering terjadi terutama di pondok pesantren. Di pondok pesantren bullying sering terjadi contohnya, di suruh mencuci baju, menyetrika dan masih banyak lagi.

B. Rumusan Masalah

Sesuai dengan latar belakang masalah, rumusan masalah dari penelitian ini adalah

- Apa dampak bullying terhadap kesehatan mental santri ?
- Bagaimana cara mengatasi kesehatan mental anak yang terdampak bullying ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan hasil uraian dari latar belakang dan rumusan masalah di atas maka tujuan penelitian adalah

- Untuk mengetahui dampak bullying terhadap kesehatan mental santri
- Untuk mengetahui bagaimana cara mengatasi kesehatan mental anak yang terdampak bullying

D. Kajian Pustaka

Menurut Olweys (1997) bullying adalah perilaku negatif yang mengakibatkan seseorang dalam keadaan tidak nyaman atau terluka dan biasanya terjadi berulang ulang yang ditandai dengan adanya ketidak seimbangan kekuasaan antara pelaku dan korban.

Menurut Siswati dan Widayanti (2009) perilaku bullying merupakan salah satu bentuk dari perilaku agresi seperti ejekan, hinaan, ancaman dan sering kali

merupakan sebagai pancingan yang dapat mengarah ke agresi.

Menurut Yusuf dan Fahrudin (2012) bullying di artikan sebagai seperangkat tingkah laku yang dilakukan secara sengaja dan menyebabkan kecerdasan serta psikologikal yang menerimanya.

Menurut Karel Steenbrink (1995) pondok pesantren adalah suatu lembaga pendidikan Islam yang murni milik masyarakat Indonesia, sebelum kemerdekaan dan sesudah kemerdekaan

Menurut Dhofien (1994) pondok pesantren adalah lembaga sosial pendidikan agama Islam yang bersifat tradisional yang digunakan untuk mendidik dan mengajari para santri sampai benar-benar menjadi manusia yang berakhlak mulia.

Menurut Merrian Webster seorang ahli kesehatan, kesehatan mental merupakan suatu keadaan emosional yang baik di mana individu dapat memanfaatkan kemampuan kognisi dan emosi serta fungsi dalam komunitasnya.

E. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif literatur. Menurut Moleog (2007:6) menjelaskan penelitian kualitatif adalah penelitian dengan tujuan untuk memahami fenomena mengenai apa yang dialami subjek penelitian secara menyeluruh dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata serta bahasa dalam konteks khusus yang dialami serta dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah dalam penelitian dan mengamati perilaku dan aktivitas individu di lokasi penelitian langsung turun ke lapangan (Iresevel 2012) dan juga melalui wawancara yaitu percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan itu di

lakukan oleh dua pihak yaitu pewawancara yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara yang memberikan penjelasan atas pertanyaan itu.

F. Pembahasan

Apa motif pelaku melakukan bullying ?

Yaitu untuk mendapatkan kekuasaan. Pelaku bullying menjadi penguasa dan merasa senior, mereka bertindak sesukanya karena menjadi penguasa lingkungan sekitarnya. Pelaku bullying rata-rata mereka sudah senior dan melakukan tindakan bullying pada juniornya. Selain itu biasanya mereka telah menjadi pembina atau pengurus sehingga mereka merasa sangat berkuasa. Hal itu sesuai dengan penelitian (Retnowuni 2019) ia menyebutkan bullying dilakukan oleh kakak kelas terhadap adik kelas. Kasus senioritas terutama di pondok pesantren merupakan suatu budaya yang sangat sulit untuk di hilangkan. Karena santri yang sudah lama mondok merasa berkuasa terhadap santri baru. Budaya tersebut akhirnya terbawa ke lingkungan sekolah. Dan terus berkembang karena tindakan tersebut jarang di ketahui pihak sekolah ataupun ada murid yang mengetahui hal tersebut mereka memilih untuk diam karena takut terkena bully. Pelaku ingin menunjukkan kepada lingkungan ia merupakan individu yang tangguh dengan cara melakukan tindakan bullying tersebut. Motif ini juga di katakan sebagai pertahanan diri di

mana erat hubungannya dengan rasa aman. (Oktaviani, 2016)

Mendapat kepuasan batin, pelaku bullying merasa bangga karena telah berhasil membalas suatu perbuatan yang dia alami dulu. Ia merasa senang karena telah berhasil membully korbannya. Jika dulunya dia pernah di perintah untuk membelikan jajan atau di mintai uangnya, maka dia akan melakukan tindakan bullying yang sama seperti itu juga. Pelaku merasa puas jika sepenuhnya dapat melakukan tindakan bullying dengan cara menyakiti baik fisik maupun psikis pada korban. Pelaku memiliki hasrat untuk menyakiti korban atau balas dendam, dan jika hasrat tersebut bisa terlaksanakan maka pelaku merasa bangga dan senang terhadap perilaku tersebut.

Bullying di pondok dapat mencakup tindakan verbal, fisik ataupun psikologis yang berulang terhadap seorang santri. Dampaknya terhadap kesehatan mental santri sangat serius dan dapat mengakibatkan beberapa masalah, yaitu sebagai berikut:

Stres dan kecemasan: santri yang menjadi korban bullying sering mengalami tingkat stres dan kecemasan yang tinggi, mereka mungkin merasa takut dan khawatir setiap hari, yang dapat mengganggu konsentrasi belajar dan aktifitas sehari-hari.

Depresi: Bullying dapat menyebabkan perasaan sedih yang mendalam dan perasaan putus asa. Santri yang di perlakukan buruk teman-teman sebayanya mungkin merasa terisolasi dan tidak berdaya, yang dapat berujung pada depresi.

Rendahnya Percaya

Diri: bullying dapat merendahkan harga diri santri. Mereka mungkin merasa tidak berharga dan kurang percaya diri, bahkan setelah situasi bullying berakhir.

Gangguan Makan: beberapa santri korban bullying mungkin mengalami gangguan makan, seperti anoreksia atau bulimia karena tekanan psikologis yang mereka alami.

Isolasi Sosial: akibat bullying, santri mungkin menghindari interaksi sosial, mereka sulit mempercayai orang lain dan merasa tidak aman di lingkungan tempat mereka tinggal

Penurunan Prestasi

Akademik: gangguan mental yang disebabkan oleh bullying bisa berdampak pada penurunan prestasi akademik santri sulit fokus dan belajar dengan baik serta mereka menghadapi stress dan kecemasan.

Gangguan Fisik: selain dampak mental, bullying juga dapat berdampak pada fisik. Santri yang menjadi korban bullying bisa mengalami gangguan tidur, sakit perut, sakit kepala, dan masalah kesehatan lainnya.

Pondok pesantren yang seharusnya menjadi lingkungan yang aman dan mendukung bagi perkembangan spiritual dan mental santri. Oleh karena itu, perlu adanya kesadaran dan tindakan pencegahan dari pihak pondok pesantren untuk mencegah bullying. Selain itu, dukungan emosional dan konseling yang memadai sangat penting bagi santri yang menjadi korban bullying

agar mereka pulih secara mental dan kembali fokus pada perkembangan diri dan pendidikan mereka.

Jadi setelah saya melakukan wawancara dan hasilnya adalah:

Menurut korban bullying yaitu Rajif kelas 8D dia berkata bahwa dampak dari bullying tersebut adalah bisa membuat dirinya kurang percaya diri dan bisa saja membuat dia sakit.

Dan saya juga mewawancarai salah satu pelaku bullying yaitu Raffi menurut dia, dia melakukan itu karena untuk membalaskan dendam saat dia masih junior, dan setelah melakukan bullying dia akan merasa puas atas apa yang telah dilakukan nya.

G. Kesimpulan

Bullying dalam pesantren terjadi dalam bentuk fisik, verbal, dan sosial, yang secara umum disebabkan oleh faktor dari dalam (internal) dan faktor dari luar (eksternal). Bullying menimbulkan banyak dampak negatif baik dari pihak pelaku apalagi pihak korban bullying itu sendiri, baik dari segi kehidupan individu, sosial maupun akademis. Selanjutnya, penanaman dan pemahaman ajaran agama yang baik, khususnya dalam hal akhlak dan moral sangat diperlukan supaya bisa mewarnai kehidupan santri dengan moral dan akhlak mulia sesuai dengan ajaran agama islam.

Beberapa upaya yang bisa dilakukan agar bisa mencegah bullying di

pondok pesantren diantaranya yaitu: Memberikan kegiatan positif yang diberikan pada santri yang dapat memupuk rasa persaudaraan dan kebersamaan antar santri. Serta dengan membentuk pengawas bullying, memberikan penyuluhan tentang bullying, memberikan konseling bagi korban ataupun pelaku bullying, serta melakukan pengawasan dan memberikan perhatian secara intensif

dan konprensif pada setiap santri dalam segala aspek kegiatan dan sesama santri mondok di pesantren tersebut, supaya dapat menghindari bullying tumbuh subur di lingkungan pesantren.

H. Daftar Pustaka

- Retnowuni, (2019) faktor-faktor yang memengaruhi perilaku agresif pada remaja yang tinggal di pondok pesantren. *Journal of holistic nursing science*, 6(1), 36-43
- M. Agus wahyudi, (2015) fenomena bullying pada santri di pesantren, jurnal penelitian pendidikan dan sosial
- Fatimatus zahro (2019), pengaruh faktor internal terhadap dampak

mental santri, jurnal kedokteran dan kesehatan

- Muliasari, N. A. (2019). Dampak Perilaku Bullying Terhadap Kesehatan Mental Anak (Studi Kasus Di MI Ma'arif Cekok Badan Ponorogo) . Diakses pada 25 November 2023 pada

<http://estheses.iainponorogo.ac.id/8256/1/BAB%20I-BAB%20VI.pdf>

I. Daftar Pustaka

- Retnowuni, (2019) faktor-faktor yang memengaruhi perilaku agresif pada remaja yang tinggal di pondok pesantren. *Journal of holistic nursing science*, 6(1), 36-43
- M. Agus wahyudi, (2015) fenomena bullying pada santri di pesantren, jurnal penelitian pendidikan dan sosial
- Fatimatus zahro (2019), pengaruh faktor internal terhadap dampak

mental santri, jurnal kedokteran dan kesehatan

- Muliasari, N. A. (2019). Dampak Perilaku Bullying Terhadap Kesehatan Mental Anak (Studi Kasus Di MI Ma'arif Cekok Badan Ponorogo) . Diakses pada 25 November 2023 pada

<http://estheses.iainponorogo.ac.id/8256/1/BAB%20I-BAB%20VI.pdf>