

Gambaran Secondary Trauma Stress Pada Passive Bystander Peristiwa Bullying

Secondary Trauma Stress Among Passive Bystander of Bullying

Dhatu Anindhita Vita Tanaya^(1*) & Rudangta Arianti⁽²⁾

Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana, Indonesia

Disubmit: 17 Mei 2025; Direview: 24 Mei 2025; Diaccept: 11 Juni 2025; Dipublish: 13 Juni 2025

*Corresponding author: dhatuanindhita7@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *secondary trauma stress* pada *passive bystander* peristiwa *bullying*. Fenomena ini berkaitan dengan *bystander effect* yang masih belum banyak diteliti sehingga membutuhkan penelitian lebih lanjut perihal ini. *Bystander effect* adalah fenomena psikologi sosial dimana seseorang atau beberapa orang berada di sebuah situasi darurat dan dapat memengaruhi keputusan atau perilaku individu untuk menolong orang lain. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* sehingga peneliti mendapatkan 2 subjek yang memenuhi kriteria tersebut. Setelah melakukan wawancara, dokumentasi, dan observasi, penelitian ini menunjukkan bahwa *passive bystander* dapat mengalami tanda-tanda gejala *secondary trauma stress*.

Kata Kunci: Bullying; Bystander; Secondary Trauma Stress.

Abstract

This study aims to explore the manifestation of secondary traumatic stress among passive bystanders in bullying incidents. This phenomenon is closely related to the bystander effect, a concept that remains underexplored and thus warrants further investigation. The bystander effect refers to a social psychological phenomenon in which the presence of others during an emergency situation can influence an individual's decision or willingness to help a victim. Employing a qualitative methodology with a phenomenological approach, the researcher utilized purposive sampling to select two participants who met the predefined criteria. Data were collected through interviews, documentation, and observation. The findings indicate that passive bystanders may exhibit symptoms indicative of secondary traumatic stress.

Keywords: Bullying; Bystander; Secondary Trauma Stress.

DOI: <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v6i2.747>

Rekomendasi mensitis :

Tanaya, D. A. V. & Arianti, R. (2025), Gambaran Secondary Trauma Stress Pada Passive Bystander Peristiwa Bullying. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 6 (2): 629-638.

PENDAHULUAN

Bullying secara umum dapat didefinisikan sebagai perilaku agresif yang dilakukan secara berulang dan terdapat ketidakseimbangan kekuasaan sehingga sulit bagi korban untuk membela dirinya (Silviandari & Helmi, 2018). Menurut Zakiyah dkk., (2017) *bullying* adalah bentuk-bentuk perilaku kekerasan dimana terjadinya pemaksaan secara psikologis maupun fisik terhadap seseorang atau sekelompok orang yang lebih "lemah" oleh seseorang atau sekelompok orang. Kasus *bullying* sudah tidak asing lagi di telinga masyarakat Indonesia (Zakiyah dkk., 2017). Menurut KPAI (2020), terdapat 37.381 pengaduan kasus *bullying* dari tahun 2011 hingga 2019. Data yang ada menunjukkan bahwa fenomena *bullying* masih menjadi sesuatu yang marak terjadi di masyarakat dan menjadi perhatian pemerintah Indonesia. Lebih lanjut, menurut Tang & Supraha, ditemukan bahwa jumlah korban *bullying* tertinggi terjadi pada kelompok remaja usia 13-17 tahun (kategori remaja tingkat sekolah), dengan total kasus sebanyak 3.764 (Dalam Febrianti dkk., 2024). Hal ini juga didukung oleh Komisi Perlindungan Anak (KPAI), dimana Indonesia mengungkap sekitar 3.800 kasus perundungan di Indonesia sepanjang 2023. Kasus yang terjadi di dunia pendidikan ini mendapatkan perhatian khusus dari Komisi Perlindungan Anak (KPAI).

Di dalam sekolah, guru-guru cenderung tidak menanggapi *school bullying* dengan serius, karena guru-guru beranggapan bahwa hal ini adalah sebuah proses dari perkembangan siswa sehingga belum ada tindak lanjut dari guru untuk menangani kasus *bullying* ini (Dewi, 2020).

perilaku agresif ini memberikan dampak yang negatif bagi individu, kelompok, organisasi, maupun lingkungan sosial secara luas (Silviandari & Helmi, 2018). Fenomena ini harus segera dihilangkan karena adanya efek yang sangat serius dari segi fisik maupun psikologis bagi korban, pelaku, maupun saksi.

Pada peristiwa ini, seseorang atau beberapa orang tidak terlibat sebagai pelaku maupun korban, namun ada orang lain yang secara tidak langsung berada di tempat kejadian, yaitu saksi dari kejadian tersebut (*bystander*) (Febriana, 2018). Terdapat fenomena dalam psikologi sosial di saat seseorang mengalami kesulitan dan membutuhkan pertolongan namun tidak ada orang yang membantunya dapat disebut sebagai *bystander effect* (Kurniawan, 2022). *Bystander effect* dapat membuktikan dengan jelas bahwa kehadiran seseorang dapat menghambat perilaku menolong orang yang membutuhkan seperti pada kasus *bullying* yang sedang marak terjadi. *Bystander bullying* memiliki dampak psikologis yang sama dengan korban *bullying* seperti rasa takut, cemas, trauma, dan tidak berdaya (Lesmono & Ari Prasetya, 2020). Kemudian, Midgett & Doumas (2019) menyatakan bahwa *bystander bullying* memiliki gejala depresi dan kecemasan seperti yang dialami oleh korban *bullying*. Korban *bullying* berpotensi mengalami adanya *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) setelah mengalami *bullying* (Nadhira & Rofi'ah, 2023).

Post-Traumatic Stress Disorder adalah suatu kondisi kesehatan mental yang timbul sebagai respons terhadap pengalaman traumatis dengan gejala-gejala yang meliputi *flashback*, mimpi

buruk yang berkaitan dengan trauma, perasaan cemas yang intens, dan penghindaran terhadap situasi yang berkaitan dengan trauma (American Psychiatric Association, 2013). Tidak jauh berbeda dengan PTSD, *Secondary Trauma Stress* menurut Bride & Kintzle (2011) adalah serangkaian gejala PTSD akibat paparan tidak langsung akan peristiwa traumatis yang terjadi dengan orang yang mengalami trauma atau menceritakan pengalaman traumatisnya. Individu yang berinteraksi dan menolong penderita trauma rentan mengalami STS (Rahayu dkk., 2021). Menjadi *bystander* dalam peristiwa *bullying* dapat memberikan peluang adanya *secondary trauma stress* setelah menyaksikan *bullying*.

Dalam penelitian (Lukiana & Nurdahlia, 2024) menyatakan bahwa siswa yang menjadi *bystander* peristiwa *bullying* di MI Ma'arif Cekok Babadan Ponorogo mengalami rasa kasihan, takut, dan segera melaporkan kepada guru, tetapi terdapat beberapa siswa yang ikut menyoraki korban. Penelitian ini juga didukung oleh Sari dkk., (2025) bahwa perilaku *bystander* peristiwa *bullying* dapat mempengaruhi kesehatan mental korban dan *bystander* itu sendiri seperti, kecemasan. Sejalan dengan penelitian sebelumnya, peneliti telah melakukan wawancara pada dua individu yang pernah menjadi saksi peristiwa traumatis (*bullying*). Subjek pertama menyatakan bahwa ia melihat *verbal* dan *non verbal* *bullying* di sekolah. Subjek hanya mengamati dan tidak melakukan tindakan apapun saat menyaksikan peristiwa tersebut sehingga timbul emosi negatif dan positif kepada subjek. Tidak jauh berbeda dengan subjek pertama, subjek kedua

menyaksikan peristiwa *bullying* di institut pendidikan yaitu pondok pesantren. Subjek kedua tidak berani melakukan perlawanan kepada pelaku *bullying* saat melihat temannya menjadi korban di peristiwa tersebut. Hal ini berdampak kepada emosi subjek saat itu.

Fenomena ini menarik untuk dikaji lebih lanjut mengenai Gambaran *Secondary Trauma Stress* Pada *Passive Bystander* Peristiwa *Bullying*. Penelitian ini masih belum banyak ditemui sehingga membutuhkan penelitian lebih lanjut perihal ini. Di dalam penelitian ini pembaca dapat memahami gambaran dan cara penanganan adanya *secondary trauma stress* pada *bystander*. Selain itu, peneliti mengharapkan pembaca menyadari adanya *bystander effect* yang dapat mendukung atau menghambat peristiwa *bullying*.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Peneliti menggunakan metode kualitatif karena metode ini akan menghasilkan data yang lebih lengkap, mendalam, kredibel, lebih luas dan lebih bermakna. Pendekatan fenomenologi berfokus pada bagaimana orang mengalami fenomena tertentu, artinya orang mengalami sesuatu bukan karena pengalaman tetapi karena fenomena yang terjadi di kehidupannya. Dengan menggunakan pendekatan fenomenologi, peneliti dapat memberikan gambaran mengenai obyek penelitian dengan sebenar-benarnya (Setyowati, 2020).

Peneliti mengambil 2 subjek yang merupakan saksi dari *verbal bullying* dan *nonverbal bullying*. Pemilihan subjek dalam

penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling, dimana partisipan yang dipilih oleh peneliti sesuai dengan kriteria dan tujuan penelitian (Speziale & Carpenter, 2003). Adapun kriteria subjek sebagai berikut:

1. Individu yang tidak pernah menjadi korban dan/atau pelaku *bullying*
2. Individu yang pernah menyaksikan perilaku *bullying* di lembaga pendidikan

Peneliti menggunakan teknik wawancara dan dokumentasi untuk mengumpulkan data. Teknik wawancara yang digunakan pada penelitian ini adalah wawancara semi struktur. Wawancara akan dilakukan selama 45 - 60 menit dalam satu kali pertemuan. Wawancara dalam penelitian ini bertujuan untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan peneliti. Peneliti juga melakukan observasi saat wawancara berlangsung. Observasi dapat dilakukan dengan cara mengamati mimik wajah, bahasa tubuh, dan cara bicara subjek. Selama wawancara berlangsung, peneliti akan melakukan dokumentasi dalam bentuk rekaman suara agar peneliti dapat memutar kembali saat ada bagian yang terlewat dan subjek merasa aman karena identitasnya tersamarkan.

Menurut Sugiyono (2019), pengujian kredibilitas untuk penelitian kualitatif dapat dilakukan dengan beberapa metode triangulasi:

1. Triangulasi Sumber. Peneliti menanyakan hal yang sama melalui sumber yang berbeda, contohnya teman subjek atau keluarga subjek
2. Triangulasi Teknik Pengumpulan Data. Peneliti dapat mengecek hal yang sama kepada sumber tetapi dengan teknik yang berbeda,

contohnya data yang diperoleh dari wawancara dapat di cek kembali dengan observasi, dokumentasi, atau kuesioner (Sugiyono, 2019)

3. Triangulasi Waktu. Peneliti memberikan kesempatan untuk mengumpulkan data. Data yang dikumpulkan saat wawancara di pagi hari pada saat subjek masih segar akan memberikan data yang lebih valid sehingga lebih kredibel (Sugiyono, 2019).

Peneliti menggunakan analisis tematik untuk menganalisis data yang telah di dapat. Menurut Poerwandi (2005), analisis tematik merupakan proses coding informasi yang dapat menghasilkan daftar tema, model tema atau indikator yang kompleks, kualifikasi yang terkait dengan tema, atau hal-hal di antara atau gabungan dari tema tersebut. Tema – tema dapat diperoleh dari informasi mentah atau diperoleh dari teori atau penelitian-penelitian sebelumnya (Poerwandi, 2005). Cara efektif untuk melakukan coding menurut Poerwandari (2005) yaitu :

1. Peneliti menyusun transkrip verbatim atau catatan lapangan dengan kolom kosong di kanan dan kiri sehingga peneliti dapat dengan mudah menulis kode-kode atau catatan-catatan tertentu dari transkrip verbatim tersebut.

2. Peneliti secara urut melakukan penomoran pada baris-baris transkrip verbatim atau catatan lapangan.

Peneliti memberikan nama untuk masing-masing berkas dan kode tertentu dengan tepat sehingga memudahkan peneliti untuk mengingat dan mewakili data tersebut

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan wawancara kepada kedua subjek, peneliti melakukan analisis tematik untuk menganalisis data yang telah di dapat. Dari hasil analisis tersebut, peneliti mendapatkan 4 tema utama, yaitu gambaran *bullying* yang disaksikan subjek, pengalaman sebagai *bystander*, dan gejala *secondary trauma*.

Subjek pertama (Yani) dalam penelitian ini adalah individu yang pernah bersekolah di SD swasta islam di Jawa Tengah. Subjek menyaksikan adanya peristiwa *bullying* yang dialami salah satu teman kelasnya dan pelaku yang juga merupakan teman kelasnya. Ia menyaksikan korban di bully secara verbal dan nonverbal. Yani menyaksikan pembullyan saat kelas 5 sampai 6 SD pada pergantian jam pelajaran tepatnya di mushola. Sebatas pengamatan Yani, pelaku *bullying* di SD tempat Yani belajar adalah 3 laki-laki yang berbadan besar. Subjek pertama (Yani) menyaksikan korban mendapatkan verbal *bullying* yang berbentuk ejekan dari pelaku karena penampilan dan cara ia makan. *Non verbal bullying* yang didapatkan korban dari pelaku yang sama juga disaksikan oleh Yani. Pelaku melempar sepatu korban dan tersangkut di atap mushola.

“Ee, waktu itu teman saya yang menjadi korban *bullying* ini ee, diberikan apa ya, ejekan yang kurang menyenangkan terhadap penampilannya. Jadi waktu itu ee, dia terlihat lusuh, tidak terurus.” (P1, 34)

“Mambu terus nggilani” (P1, 66)

“Terus dari situ, sepatu temen saya ini dilemparkan dari lantai tiga sampai akhirnya jatuh ke atap musola. Yang mana itu di lantai dua. Jadi sepatunya dilempar.” (P1, 135)

Menurut Yani, korban *dibully* karena penampilannya yang terlihat lusuh dan berbeda daripada siswa yang lain di sekolah tersebut. Selain penampilannya, korban juga mendapatkan *bullying* dari cara ia makan (*eating style*) yang tidak biasa dilihat oleh siswa di sekolah tersebut. Dari faktor penampilan dan *eating style*, Yani beranggapan bahwa korban tidak dapat memenuhi standar yang ada di dalam lingkungan pertemanan saat SD.

Subjek kedua (Yono) dalam penelitian ini adalah siswa SMA yang pernah menempuh pendidikan SMP di pondok pesantren Jawa Tengah. Yono menyaksikan fenomena tersebut saat ia di pondok pesantren dan menduduki bangku 2 SMP. Korban yang disaksikan Yono berjumlah 3 orang dengan latar belakang yang berbeda-beda. Korban pertama yang bernama Kentang adalah anggota OSIS yang berada di divisi kebersihan, korban kedua yang bernama Peto merupakan teman kamar pelaku, dan korban ketiga yang bernama Wajik adalah anak dari seorang ustad di pondok pesantren tersebut. Ketiga korban tersebut mendapatkan *bullying* dari pelaku yang sama, yaitu kakak kelas mereka. Pelaku yang melakukan *bullying* di pondok pesantren berada dalam 1 organisasi yang sama tetapi di divisi yang berbeda dengan Yono. Pelaku memiliki jiwa senioritas yang tinggi, suka main hakim sendiri, ingin terlihat menonjol di angkatan, dan memiliki perasaan yang sensitif.

Korban pertama (Kentang) adalah korban yang paling dekat dengan Yono sehingga ia mengetahui karakter Yono dengan baik. Ia mengalami perundungan selama 5 bulan berturut-turut. Yono pernah mendengar bahwa Kentang

mendapatkan kata kasar dan kalimat yang menyindir korban atas kinerjanya di dalam OSIS saat mereka melaksanakan rapat evaluasi. Kemudian, Kentang pernah mendapatkan kekerasan fisik di belakang lemari dan pernah dipukuli oleh kakak kelas yang berjumlah sekitar 10 orang di dalam kamar salah satu pelaku. Yono beranggapan bahwa faktor terjadinya *bullying* yang dialami Kentang merupakan pelampiasan kakak kelas (pelaku).

“... Nah tiba tiba nih di belakang lemari itu kan kayak ada space kecil gitu buat gantung baju lah atau apa lah. Nah di situ tuh kakak kelasku tuh kayak nampar namparin mukanya temenku gitu loh” (P2, 48)

“ ...Pokoknya ada 10 kayaknya, malah dia sendirian. Terus disitu tuh dipukulin. Habis dipukulin, dia disuruh ini ngefotokopi. Ngefotokopi lembar materi gitu, terus pas ngeprint sampai print-printan tu ternyata tutup. Balik kamar lagi ngomong "kak tutup kak" terus dipukulin lagi. Setelah itu, udah main ke kamarku lagi gitu.” (P2, 128)

Selain Kentang, Peto (Korban 2) yang tidur di dalam satu kamar bersama pelaku juga mendapatkan nonverbal *bullying*. Pelaku memberi perintah kepada Peto untuk mengambilkan dirigen air tetapi Peto tidak menuruti perintahnya, sehingga Peto mendapatkan kekerasan fisik dari pelaku. Menurut Yono, Peto lebih sering mengalami *bullying* tetapi dia tidak tahu detail kronologi yang terjadi. Adapun Wajik (Korban 3) yang pernah mengalami *bullying* dari pelaku. Pelaku mengambil dengan paksa barang miliknya yang baru saja dibeli di hari yang sama.

“Yang mukulin si kentang ini juga pernah kayak gitu kayak mukul ke lemari dulu terus mukulin yang si peto

itu. Dia mukulin ke lemari dulu.” (P2, 374)

“....Terus lihat sabunnya kok udah habis. Terus habis itu diajak ngobrol. Nah dia ini keceplosan kalau ngomong dihabisin sama si kakak kelas ini” (P2, 407)

Saat Yani menyaksikan hal tersebut terjadi, Yani hanya menonton dan tidak melakukan aksi apapun. Selain Yani, beberapa siswa di kelas tersebut menterawakan dan menghindari korban karena peristiwa *bullying* yang di alami korban.

“Seingat aku enggak ada ya. Malah banyaknya orang ketawa. Jadi ada berisik-berisik di luar kelas...”(P1, 141)

Yani memiliki 2 faktor dari dirinya untuk tidak menolong korban, yaitu tidak memiliki kekuatan (*power*) dan tidak memenuhi standar di lingkungan tersebut. Ia juga memiliki hambatan yaitu imbas menolong korban. Menurut kesaksian Yani, terdapat 2 orang teman dekat korban yang sempat menenangkan korban setelah di *bully*. Setelah itu, mereka mendapatkan imbas yang kurang baik dari lingkungannya yaitu dijauhi oleh teman sekelasnya.

“Karena apa ya kak, jujur, dalam diri saya waktu itu saya juga merasa ngga fit with the standard...” (P1, 77)

Setelah itu, Yani merasa bersalah ketika menyadari bahwa ia tidak melakukan aksi apapun untuk korban. Sedangkan, saat menyaksikan *bullying*, ia merasa iba kepada korban dan takut menjadi korban *bullying* selanjutnya.

Berbeda dengan Yani, Yono sempat ingin menolong korban tetapi di cegah oleh kakak kelas yang lain (G), sehingga Yono mengurungkan niatnya untuk tidak menolong korban. Meskipun begitu, peristiwa *bullying* ini telah diketahui oleh

ustadz atau guru di pondok pesantren tersebut saat ayah dari Wajik yang juga merupakan ustadz atau guru di pondok pesantren tersebut mengetahui bahwa barang yang baru saja di beli Wajik telah diambil paksa oleh pelaku *bullying*. Kemudian, ustadz atau guru dipondok pesantren tersebut mengimbau kepada orangtua untuk dapat menjalin komunikasi yang lebih terbuka dengan anak-anaknya.

"Dari Ustadz yang ngejagain kamar tuh dia kayak juga mengimbau ke orang tua bahwa anak-anak ini kalau lagi misalnya lagi teleponan gitu ditanyain kabarnya gimana mungkin bisa jadi ada sesuatu yang emang dia gak berani mengungkapkan gitu loh" (P2, 428)

Yono tidak menolong korban karena adanya 2 faktor, yaitu ia merasa tidak memenuhi standar di lingkungan tersebut dan tidak ada orang lain yang menolong korban *bullying*. Hambatan seperti imbas menolong korban juga dialami Yono.

"Karena emang kalau kita nolong pun waktu kejadian ya misalnya kita malah jadi ikut kena gitu loh." (P2, 315)

Ia tidak merasa bersalah ketika tidak menolong korban karena Yono merasa tindakannya sudah benar dengan mengingat imbas yang akan terjadi kepada dirinya jika ia menolong korban. Sama hal nya dengan Yani, Yono memiliki rasa takut untuk menjadi korban selanjutnya, takut dengan pelaku, dan merasa iba kepada korban.

Setelah lulus SD, Yani mendatangi sekolah tersebut untuk cap 3 jari. Untuk ke gedung tempat cap 3 jari, ia melewati mushola dan melihat atap mushola sehingga Yani mengalami *flashback* ke kejadian sepatu korban di lempar dan tersangkut di atap mushola. Ia menganggap hal tersebut hanya sebagai

memori yang kurang menyenangkan dan tidak ada emosi berlebih.

"Menganggap itu sebagai memori yang kurang menyenangkan. Cuma gak ada emosi yang marah atau sedih berlebihan." (P1, 215)

Sama halnya dengan Yani, setelah lulus dari pondok, Yono sempat mengunjungi pondok pesantren dan mengalami *flashback* saat masuk ke kamar terjadinya peristiwa *bullying* yang dialami oleh Kentang. Di kamar tersebut, Yono teringat bahwa Kentang pernah dipukuli oleh kakak kelas.

"Ya, kalau balik ke pondok lagi gitu, mungkin ada rasanya dan ada nginget. Pernah kan masuk ke kamar lagi waktu itu. Terus nginget, oh disini sih ini pernah dipukulin." (P2, 369)

Selain mengalami *flashback*, Yono mengalami adanya penghindaran dengan pelaku, aktivitas dan tempat *bullying*, serta suara-suara keras.

"Menghindar jauh" (P2, 352)

"Ya kadang deg-degan sih apalagi di bentak" (P2, 347)

Dari hasil wawancara di atas, Yani, Yono, dan lingkungan sekitar mereka dapat dikategorikan menjadi *passive bystander* dalam peristiwa tersebut karena mereka cenderung diam, mengamati, dan tidak melakukan aksi apapun kepada korban maupun pelaku. Menurut Heinrichs (2003), banyak saksi yang menunjukkan keengganan dalam menolong korban (Dalam Purba & Mangunson, 2020). Yani cenderung diam dan tidak melakukan aksi apapun saat melihat sepatu korban di lempar ke atap mushola sehingga sepatu korban tersangkut. Hal yang sama terjadi kepada Yono yang juga diam tanpa melakukan aksi apapun saat melihat Kentang di tumpar di belakang lemari, di

lempar staples, dan dipukul oleh pelaku yang sama dengan waktu yang berbeda. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Thornberg dan Jungert (2013) yang menyatakan bahwa *bystander* jarang bertindak dengan cara membela korban (Parris dkk., 2020). *Bystander* cenderung tidak ingin mengambil tindakan karena adanya rasa takut dan imbas yang akan mereka alami. Sama halnya dengan Yani, Yono yang merasa takut untuk bertindak menolong korban *bullying*. Yono tidak menolong korban karena takut terkena imbasnya. Ettekal, Konchenderfer-Ladd, & Lad (2015) mengungkapkan bahwa pengamat yang mengalami perasaan cemas dan takut serta bukan teman korban cenderung menghindari keterlibatan, sedangkan pengamat yang memiliki hubungan positif dengan korban cenderung memilih untuk melibatkan diri dalam peristiwa tersebut (Dalam Trach & Hymel, 2020). Setelah *bullying* terjadi Yani dan Yono cenderung menjaga jarak dari pelaku dan korban karena tidak ingin masuk ke dalam masalah mereka. Kedua subjek menunjukkan tidak menyetujui adanya *bullying* yang terjadi dengan menjaga jarak dengan pelaku.

Secara tidak sadar mereka mengalami tanda-tanda adanya gejala *secondary trauma stress* yaitu gejala *intrusive* dan gejala *arousal*. Tanda adanya gejala *intrusive* dapat dilihat setelah kedua subjek lulus dari sekolah dan pondok pesantren tersebut. Yani menyatakan bahwa ia akan mengingat kembali kejadian sepatu korban dilempar dan tersangkut di atap mushola jika ada obrolan yang menyangkut tentang *bullying*. Selain itu, ia juga merasa seolah-olah peristiwa traumatis terulang kembali saat ia

mengunjungi sekolahnya dan melihat atap mushola tersebut. Sama halnya dengan Yani, Yono mendapatkan ingatan tentang Kentang di tampar di belakang lemari dan dipukuli oleh 10 kakak kelas di satu kamar ketika ia mengunjungi pondok pesantren tersebut. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Adewoye & Plessis (2021), setelah *bullying* terjadi, pikiran-pikiran yang mengganggu dan gambaran *bullying* dapat memenuhi pikiran *bystander* sehingga mereka dapat merasakan rasa sakit dan penderitaan korban. Lalu mereka mendapatkan *flashback* yang dapat menimbulkan emosi negatif seperti marah, gelisah, khawatir, sedih, dan terkejut akan peristiwa *bullying*. Selanjutnya, tandanya gejala *avoidance* yang Yono alami adalah penghindaran orang (pelaku *bullying*) dan tempat terjadinya *bullying*. Saat ia masih berada di pondok pesantren, ia menghindari pelaku saat bertemu dengan tidak sengaja. Ia menghindar untuk menyapa kakak kelas karena takut adanya miskomunikasi dengan pelaku. Yono juga menghindari tempat *bullying* khususnya pondok pesantren tersebut. Ia menyatakan bahwa ia tidak ingin belajar di pondok tersebut kembali karena ia merasa tidak nyaman dan merasa adanya tekanan yang besar dari kakak kelas. Glew dkk., (2005), menyatakan bahwa pengamat cenderung merasa tidak aman di sekolah dan kecil kemungkinan untuk merasakan kesedihan (Dalam Adewoye & Plessis, 2021). Tidak hanya itu, efek dari Yono mendengar dentuman keras di sebelah kamarnya membuat ia menghindari suara-suara yang keras khususnya bentakan seseorang. Terkadang ia merasa tidak nyaman dan jantung berdebar saat ada suara keras atau orang yang terkesan membentak.

Faktor-faktor yang dapat menimbulkan gejala *secondary trauma stress* menurut Figley (2012) meliputi tingkat keparahan trauma, durasi paparan trauma, jenis kelamin, usia, dan sejarah pengalaman traumatis. Tingkat keparahan trauma masing-masing subjek dapat dilihat dari peristiwa yang disaksikannya. Yani menyaksikan peristiwa traumatis yang memiliki tingkat keparahan lebih rendah dibandingkan Yono. Hal ini dibuktikan dari bentuk *bullying* yang menimpa korban yaitu *verbal* dan *non verbal bullying*. Kentang mendapatkan luka memar di lengan atas karena dipukuli oleh kurang lebih 10 pelaku *bullying* sedangkan korban yang disaksikan Yani tidak mendapatkan adanya luka fisik. Meskipun begitu, durasi paparan trauma yang disaksikan Yani lebih panjang dibandingkan Yono karena korban yang ia saksikan mengalami *bullying* dari kelas 5 sampai 6. Kentang (korban 1), teman dekat sekaligus korban yang disaksikan oleh Yono mengalami *bullying* saat kelas 2 SMP selama 6 bulan. Figley (2012) menyatakan bahwa laki-laki cenderung lebih sering mengalami peristiwa traumatis daripada wanita. Penelitian tersebut sejalan dengan hasil penelitian ini bahwa Yono lebih sering menyaksikan beberapa korban mengalami *bullying* dibandingkan dengan Yani. Faktor usia di dalam penelitian ini tidak memiliki perbedaan yang signifikan. Kedua subjek juga tidak pernah mengalami peristiwa traumatis khususnya *bullying*.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas, kedua subjek di dalam penelitian ini merupakan *passive bystander*. Menjadi *passive bystander* belum tentu

menurunkan atau menghentikan peristiwa *bullying* yang terjadi justru dapat meningkatkan *bullying* kepada korban yang sama atau sasaran korban yang lain. *Bystander effect* menjadi krusial di dalam penelitian ini. Pengamat di dalam suatu peristiwa dapat memberikan efek pada tindakan orang lain. Jika pengamat tidak menolong atau tidak melakukan aksi apapun (*bystander*), lingkungan sekitar cenderung melakukan hal yang sama. Sebaliknya, jika pengamat menolong atau melakukan aksi (*defender*), lingkungan sekitar cenderung melakukan aksi yang sama.

Individu yang terlibat langsung pada kejadian traumatis dapat mengalami *Post Traumatic Disorder (PTSD)*, sedangkan individu yang tidak terlibat langsung dalam kejadian traumatis dapat mengalami *Secondary Trauma Stress*. Terdapat tanda-tanda 2 gejala *secondary trauma stress* yang berada pada kedua individu yaitu gejala *intrusive* dan gejala *avoidance*. Tanda gejala *intrusive* pada subjek ditandai saat mereka mengalami adanya *flashback* pada peristiwa *bullying* sedangkan salah satu subjek mengalami gejala *avoidance* yang ditandai dengan penghindaran terhadap pelaku *bullying* dan tempat kejadian *bullying*.

DAFTAR PUSTAKA

- Adewoye, S. E., & Plessis, A. (2021). Factors that influence emotional disturbance among school bullying bystanders. *International Journal of Emotional Education*, 13(1), 35–50.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Association.
- Dewi, P. Y. A. (2020). Perilaku school bullying pada siswa sekolah dasar. *Edukasi: Jurnal Pendidikan Dasar*, 1(1), 39. <https://doi.org/10.55115/edukasi.v1i1.526>

- Febriana, B. (2018). Saksi perilaku bullying: Diam atau membela. *Jurnal Keperawatan*, 10(3), 164–169.
- Febrianti, R., Syaputra, Y. D., & Oktara, T. W. (2024). Dinamika bullying di sekolah: Faktor dan dampak. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 8(1), 9–24. <https://doi.org/10.30653/001.202481.336>
- Figley, C. R. (2012). *Treating compassion fatigue*. New York, NY: Brunner-Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203890318>
- KPAI. (2023). Rakornas dan ekspose KPAI 2023: Membangun Indonesia bebas kekerasan terhadap anak. *Berita KPAI*. <https://www.kpai.go.id/publikasi/rakornas-dan-ekspose-kpai-2023-membangun-indonesia-bebas-kekerasan-terhadap-anak>
- Kurniawan, E. (2022). Telaah singkat fenomena tentang bystander effect. *Jurnal Pendidikan Transformatif (Jupetra)*, 1(1), 116–119.
- Lesmono, P., & Prasetya, B. E. A. (2020). Hubungan antara empati dengan perilaku prososial pada bystander untuk menolong korban bullying. *Psikologi Konseling*, 17(2), 789. <https://doi.org/10.24114/konseling.v17i2.2091>
- Lukiana, S. E., & Nurdahlia, D. U. (2024). Dampak perilaku bullying terhadap psikososial peserta didik ditinjau dari perkembangan emosi dan motivasi.
- Midgett, A., & Doumas, D. M. (2019). Witnessing bullying at school: The association between being a bystander and anxiety and depressive symptoms. *School Mental Health*, 11(3), 454–463. <https://doi.org/10.1007/s12310-019-09312-6>
- Nadhira, S., & Rofi'ah. (2023). Dampak bullying terhadap gangguan PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder) pada siswa sekolah dasar. *DEWANTECH: Jurnal Teknologi Pendidikan*, 1(1), 49–53. <https://journal.awatarapublisher.com/index.php/dewantech>
- Poerwandari, K. (2005). *Pendekatan kualitatif untuk penelitian perilaku manusia*. Jakarta, Indonesia: Fakultas Psikologi UI.
- Purba, R. M., & Mangunson, F. (2020). Program Serasi (Sekolah Ramah Inklusi) dalam meningkatkan pengetahuan saksi sebaya (peer bystander) tentang disabilitas dan perundungan (bullying). *INQUIRY: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(1), 1–15. <https://doi.org/10.51353/inquiry.v11i1.355>
- Rahayu, S., Sjattar, E. L., & Seniwati, T. (2021). Factors affecting secondary traumatic stress disorder among search and rescue team in Makassar. *Indonesian Contemporary Nursing Journal (ICON Journal)*, 5(2), 49–57. <https://doi.org/10.20956/icon.v5i2.9032>
- Sari, D. P., Yanti, S., Maulya, R., Ningsih, S., & Abidin, Z. (2025). Pemberdayaan bystander dalam menghadapi verbal bullying: Sosialisasi berbasis data penelitian di SMKN. *Sambara PKM*, 3(2), 243–251. <https://doi.org/10.58540/sambarapkkm.v3i2.780>
- Setyowati, Y. (2020). Analisis peran religiusitas dalam peningkatan akuntabilitas dan transparansi lembaga amil zakat (studi kasus pada Rumah Zakat Jakarta Timur) [Skripsi, Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi Indonesia].
- Silviandari, I. A., & Helmi, A. F. (2018). Bullying di tempat kerja di Indonesia. *Buletin Psikologi*, 26(2), 137. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.38028>
- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif & RND*. Bandung, Indonesia: Alfabeta.
- Trach, J., & Hymel, S. (2020). Bystanders' affect toward bully and victim as predictors of helping and non-helping behaviour. *Scandinavian Journal of Psychology*, 61(1), 30–37. <https://doi.org/10.1111/sjop.12516>
- Widayastuti, Y. (2014). *Psikologi sosial*. Yogyakarta, Indonesia: Graha Ilmu.
- Zakiyah, E. Z., Humaedi, S., & Santoso, M. B. (2017). Faktor yang mempengaruhi remaja dalam melakukan bullying. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(2), 324–330. <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14352>