

Faktor Psikologis Dibalik Perilaku *Bullying* Santri di Pesantren: dari Korban menjadi Pelaku

Nur Arofah Tis'ina^{1*}, Agus Nurhadi²

^{1,2}Studi Islam Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

E-mail korespondensi: ^{1*}arofahshofiyur0401@gmail.com

Keywords:

bullying, pesantren

Abstract

The phenomenon of bullying in Islamic boarding schools (pesantren) reveals a cycle of violence in which students (santri) who were once victims later become perpetrators when they attain senior status. This study aims to explore the role transformation of santri from victims to perpetrators of bullying and to identify the psychological factors that contribute to this behavioral shift. A qualitative approach with a case study design was employed to investigate the lived experiences of santri who have been involved in bullying, both as victims and as perpetrators. The findings reveal that bullying behavior is influenced by factors such as the need for power, past traumatic experiences, low empathy, and poor emotional regulation. Santri who were once victims tend to reproduce aggressive behaviors as a way to legitimize and strengthen their social status upon becoming seniors. These results highlight the importance of implementing psychological interventions in pesantren, including empathy development programs, emotional regulation training, and trauma counseling for affected students. Such efforts are expected to foster a safer and more supportive environment, break the cycle of violence, and serve as a foundation for effective prevention and rehabilitation programs to address bullying in pesantren.

Kata kunci:

bullying, pesantren

Abstrak

Fenomena perundungan (*bullying*) di lingkungan pesantren menunjukkan adanya pola siklus kekerasan, di mana santri yang sebelumnya menjadi korban kemudian beralih menjadi pelaku saat menduduki posisi senior. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi perubahan peran santri dari korban menjadi pelaku *bullying* serta mengidentifikasi faktor-faktor psikologis yang mempengaruhinya. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus, untuk menggali pengalaman subjektif santri yang pernah mengalami dan melakukan tindakan *bullying*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *bullying*

dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain kebutuhan untuk berkuasa, pengalaman trauma masa lalu, rendahnya empati, serta kurangnya kemampuan pengendalian emosi. Santri yang sebelumnya menjadi korban cenderung mereproduksi perilaku kekerasan sebagai bentuk legitimasi dan penguatan status sosial saat mereka menjadi senior. Temuan ini menegaskan pentingnya intervensi psikologis di pesantren, seperti program pengembangan empati, pelatihan pengelolaan emosi, serta pendampingan bagi santri yang mengalami trauma. Upaya ini diharapkan dapat menciptakan lingkungan pesantren yang lebih aman, suportif, dan bebas dari siklus kekerasan, serta menjadi dasar pengembangan program pencegahan dan rehabilitasi kasus *bullying* di pesantren.

Sitasi: Tis'ina, N. A., & Nurhadi, A. (2025). Faktor Psikologis Dibalik Perilaku *Bullying* Santri di Pesantren: dari Korban menjadi Pelaku. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 12(2), 425-443. <https://doi.org/10.35891/jip.v12i2.6117>

Pendahuluan

Fenomena *bullying* telah lama menjadi perhatian di berbagai lingkungan pendidikan, termasuk pesantren. Perundungan yang terjadi di pesantren kerap kali melibatkan faktor psikologis kompleks yang memengaruhi baik korban maupun pelaku. Kondisi psikologis individu yang terlibat sangat dipengaruhi oleh pengalaman dan faktor psikologis mendalam, yang dapat memperburuk situasi. Di pesantren, sistem hierarki sosial yang kuat kerap memberi otoritas lebih besar kepada santri senior, menciptakan relasi kekuasaan yang berpotensi disalahgunakan. Hal ini semakin memperparah dinamika *bullying*, di mana santri senior memiliki kesempatan untuk menggunakan posisinya guna mendominasi santri junior (Afifah, S., 2023).

Kasus perundungan di pesantren telah menunjukkan peningkatan signifikan dalam beberapa tahun terakhir. Data dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA) serta Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat lebih dari 1.993 kasus kekerasan anak, termasuk *bullying*, yang dilaporkan hingga Februari 2024. Banyaknya kasus ini mencerminkan kekerasan yang timbul dari pola disiplin ketat dan relasi kuasa di lingkungan pesantren, yang sering kali membentuk iklim perundungan (Kemenko PMK, 2024).

Sejumlah regulasi telah dibuat untuk mengatasi kekerasan di pesantren, seperti Peraturan Menteri Agama No. 73 Tahun 2022 dan pedoman pengasuhan ramah anak oleh Kementerian Agama. Namun, kekerasan masih tetap ada, mengindikasikan perlunya pemantauan lebih lanjut. Berdasarkan laporan GoodStats tahun 2022, sekitar 35,55% siswa kelas 5 SD dan 41,34% siswa kelas 8 SMP pernah mengalami perundungan. Tingginya persentase ini, terutama di provinsi-provinsi seperti Jawa Barat dan Maluku, menegaskan kebutuhan sosialisasi kurikulum anti-kekerasan di pesantren (GoodStats, 2024).

Tabel 1
Kasus Perundungan di Indonesia (2022–2024)

Tahun	Jenis Lembaga	Kasus <i>bullying</i>
2022	Pesantren	35.55% siswa SD mengalami <i>bullying</i>
2022	Sekolah Menengah (Umum)	41.34% siswa SMP mengalami <i>bullying</i>
2023	Pesantren	Kasus meningkat di provinsi seperti Jawa Barat dan Maluku
2024	Pesantren & Sekolah	1.993 kasus kekerasan anak secara nasional (termasuk pesantren)

Data ini menegaskan bahwa meskipun regulasi telah diterapkan, upaya sosialisasi dan perlindungan tambahan masih sangat diperlukan untuk melindungi santri dari tindakan kekerasan. Penyediaan kanal pelaporan yang aman serta penerapan kurikulum anti-kekerasan menjadi langkah penting untuk menekan angka kasus *bullying* di lingkungan pesantren.

Hasil observasi lapangan menunjukkan adanya kasus santri di Pondok Pesantren X yang menggambarkan kompleksitas permasalahan *bullying*. Santri tersebut, yang awalnya menjadi korban *bullying* fisik, verbal, dan relasional, justru meniru perilaku agresif tersebut ketika ia berada dalam posisi yang lebih berkuasa. Fenomena ini mengindikasikan adanya siklus kekerasan yang berulang dan menunjukkan pentingnya pemahaman mendalam terhadap faktor-faktor psikologis yang mendorong perubahan peran korban menjadi pelaku *bullying* di lingkungan pesantren. Temuan ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa faktor psikologis memainkan peran besar dalam dinamika *bullying* di pesantren. Menurut Zakiyah dan Khusumadewi (2024), santri dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang baik cenderung memiliki

penerimaan diri yang kuat, hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, tujuan hidup yang jelas, kemampuan menguasai lingkungan, serta mengalami pertumbuhan pribadi. Sebaliknya, santri dengan kesejahteraan psikologis rendah mengalami kesulitan dalam satu atau lebih aspek tersebut, yang dapat meningkatkan kerentanan terhadap perilaku agresif atau menjadi korban.

Sementara itu, Nugroho, Handoyo, dan Hendriani (2023) menemukan lima faktor penyebab *bullying* di pesantren, yaitu faktor individu, keluarga, media massa, teman sebaya, dan lingkungan sekolah. Penelitian mereka juga mengungkap tiga temuan baru, yakni: (1) proses adaptasi santri baru yang sering menjadi pemicu tindakan *bullying*, (2) persepsi *bullying* sebagai candaan atau tradisi yang dianggap wajar, dan (3) *bullying* sebagai bentuk kompensasi terhadap kejenuhan belajar. Lebih lanjut, Hasanuddin dan Amirullah (2022) menunjukkan bahwa struktur hierarkis dan dinamika sosial khas pesantren turut memperkuat praktik *bullying*. Mereka merekomendasikan pelatihan komunikasi asertif bagi santri dan pengajar sebagai upaya pencegahan. Sejalan dengan itu, Zulva dkk. (2024) menekankan bahwa konsep pesantren ramah anak, yang mengutamakan keselamatan dan kenyamanan, dapat mengurangi kejadian *bullying*, terutama jika didukung oleh pelatihan intensif bagi guru dan konselor untuk menangani kasus kekerasan. Fadilah dkk. (2023) juga menegaskan pentingnya program dukungan sebaya dan layanan konseling berkala sebagai langkah preventif terhadap *bullying*.

Berdasarkan berbagai temuan tersebut, penelitian ini berupaya mengkaji secara lebih mendalam fenomena perubahan peran santri dari korban menjadi pelaku *bullying* di pesantren, dengan fokus pada faktor psikologis dan dinamika sosial yang terjadi di lingkungan pesantren. Hipotesis utama penelitian ini adalah bahwa pengalaman menjadi korban *bullying* sebelumnya, baik fisik, verbal, relasional, maupun *cyberbullying*, bersama dengan faktor-faktor lingkungan pesantren seperti sistem hierarki, relasi kuasa, dan pola pengasuhan, berperan signifikan dalam mendorong perubahan peran tersebut. Selain itu, penelitian ini juga mengeksplorasi bagaimana tingkat kesejahteraan psikologis santri memengaruhi kecenderungan mereka untuk beralih menjadi pelaku *bullying*, serta bagaimana kultur pesantren dapat memperburuk atau justru mengurangi

siklus kekerasan. Interaksi berbagai faktor tersebut membentuk iklim sosial pesantren yang dapat memperkuat maupun melemahkan potensi terjadinya *bullying*.

Penelitian ini bertujuan memberikan wawasan yang lebih dalam mengenai hubungan antara faktor psikologis dan sosial yang mempengaruhi perubahan peran dari korban menjadi pelaku *bullying*, serta menawarkan rekomendasi strategis untuk pencegahan *bullying* dan perbaikan iklim sosial di lingkungan pesantren.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus kualitatif untuk memahami secara mendalam dinamika psikologis santri yang mengalami perubahan peran dari korban menjadi pelaku *bullying* di lingkungan pesantren. Pendekatan ini memungkinkan peneliti menelusuri pengalaman individual dan konteks sosial secara komprehensif (Arfah & Wantini, 2023).

Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara semi terstruktur dan observasi partisipatif. Wawancara semi terstruktur dilakukan dengan santri yang pernah menjadi korban sekaligus pelaku *bullying*. Wawancara ini bertujuan menggali pengalaman pribadi terkait trauma masa lalu, dinamika hubungan sosial di pesantren, serta cara mereka memaknai perilaku kekerasan. Proses wawancara dilakukan secara tatap muka dengan menjaga kerahasiaan identitas partisipan untuk menciptakan suasana aman dan terbuka. Selanjutnya observasi partisipatif dilakukan melalui pengamatan langsung terhadap interaksi sosial di lingkungan pesantren, meliputi ruang kelas, asrama, dan kegiatan sosial. Fokus observasi diarahkan pada pola komunikasi, relasi kekuasaan antara santri senior dan junior, serta bentuk-bentuk tindakan *bullying* yang muncul dalam keseharian. Observasi dilakukan secara sistematis dalam kurun waktu tertentu untuk memperoleh gambaran kontekstual yang mendalam.

Data yang diperoleh dianalisis dengan analisis tematik secara induktif, yaitu dengan mengidentifikasi tema-tema utama yang muncul dari data tanpa dibatasi kerangka teori tertentu. Tema yang muncul meliputi kebutuhan untuk berkuasa, pengalaman trauma, rendahnya empati, dan lemahnya kontrol emosi.

Validitas data dilakukan menggunakan triangulasi sumber, dengan membandingkan informasi dari wawancara, observasi, dan literatur terkait untuk memastikan konsistensi temuan. *Member check* juga dilakukan dengan meminta konfirmasi dari partisipan terhadap hasil interpretasi peneliti guna menjamin keakuratan dan keotentikan data.

Hasil

Santri A

Santri A, seorang siswa berusia 15 tahun, telah menjadi sasaran *bullying* sejak tahun pertama ia masuk pesantren. Ia kerap mengalami perlakuan kasar, baik fisik maupun verbal, yang membuatnya merasa terisolasi dan tidak dihargai. Setiap hari ia menghadapi hinaan, ejekan, dan tekanan sosial dari para senior. Dalam wawancara, Santri A mengungkapkan,

"Dulu saya sering diejek dan disuruh-suruh. Kadang dipukul juga kalau nggak nurut. Saya merasa nggak punya harga diri waktu itu".

Dua tahun kemudian, saat Santri A naik tingkat dan menjadi bagian dari kelompok senior, perilakunya berubah signifikan. Ia mulai meniru perlakuan yang dulu ia terima terhadap santri junior. Ia sering memerintah, mengejek, bahkan memberikan hukuman fisik ringan kepada adik kelasnya.

"Sekarang saya yang nyuruh-nyuruh. Soalnya kalau nggak nunjukin tegas, nanti junior nggak hormat. Dulu saya juga digituin, jadi saya anggap itu biasa".

Perubahan ini menunjukkan bahwa pengalaman menjadi korban telah membentuk pola perilaku baru ketika ia memperoleh kekuasaan. Ia merasa perlu menegakkan hierarki dan mempertahankan status senioritas sebagai bentuk kompensasi atas pengalaman tidak berdaya di masa lalu.

Santri B

Santri B, seorang santri senior berusia 17 tahun, memiliki pengalaman traumatis sejak kecil. Ia pernah mengalami kekerasan emosional dan fisik di lingkungan keluarga.

Saat pertama kali masuk pesantren, ia kembali menjadi korban *bullying* oleh para senior, pengalaman yang memperkuat luka batinnya.

“Dari kecil saya sering dimarahin dan dipukuli di rumah. Pas masuk pesantren, ternyata sama aja, senior juga galak. Rasanya kayak nggak pernah aman”.

Seiring waktu, Santri B mulai meniru perilaku senior terdahulu dengan mengintimidasi santri junior. Ia menggunakan kekerasan verbal dan fisik sebagai strategi untuk memperoleh pengakuan dan kendali dalam lingkungan sosial pesantren.

“Kalau saya nggak nunjukin kuat, nanti saya diinjek lagi. Jadi saya harus bisa ngatur mereka supaya nurut”.

Kasus Santri B menunjukkan bagaimana trauma masa kecil dan pengalaman menjadi korban dapat membentuk persepsi bahwa kekerasan adalah satu-satunya cara untuk mempertahankan diri dan mendapatkan status sosial.

Tabel 2

Perbandingan Dinamika Perubahan Peran antara Santri Korban Menjadi Pelaku dan Santri Korban-Pelaku di Pesantren

Aspek	Santri A	Santri B
Usia	15 tahun	17 tahun
Status	Santri junior	Santri senior
Pengalaman Bullying	Sering dihina dan diperlakukan kasar oleh santri senior pada tahun pertama	Mengalami kekerasan fisik dan emosional dari orang tua dan santri senior
Perubahan Perilaku	Setelah 2 tahun, mulai bertindak agresif terhadap santri junior setelah menjadi senior	Membalas perlakuan Bullying dengan mengintimidasi santri junior
Motivasi Perubahan Perilaku	Ingin menunjukkan kekuasaan dan status di antara teman sebaya	Merasa kekerasan adalah cara untuk mengatasi rasa tidak aman dan mendapat kontrol
Kebutuhan untuk Berkuasa	Menggunakan Bullying untuk mempertegas posisi sosial dan mendapatkan pengakuan	Menggunakan Bullying untuk memperkuat dominasi dan status sosial di pesantren
Riwayat Trauma atau Pengalaman Buruk	Mengalami perundungan fisik dan verbal dari santri senior pada tahun pertama	Mengalami kekerasan di rumah dan Bullying di pesantren sebelum menjadi senior
Rendahnya Empati dan Kontrol Emosi	Cenderung kurang empati dan mudah marah, melampiaskan frustrasi terhadap santri junior	Menunjukkan rendahnya empati terhadap korban Bullying dan kesulitan mengendalikan emosi

Aspek	Santri A	Santri B
Peran Lingkungan Pesantren	Hierarki sosial pesantren memperkuat keinginan untuk menjadi dominan di kalangan santri	Hierarki pesantren memberikan rasa kekuatan dan dominasi, memperburuk perilaku Bullying
Penyelesaian yang Disarankan	Program pengembangan empati dan pengelolaan emosi, pendampingan psikologis	Program pengembangan empati, rehabilitasi untuk trauma masa lalu, dan pengelolaan emosi

Diskusi

Pelaku *bullying* di Pesantren cenderung pernah menjadi korban *bullying*

Bullying atau perundungan di lingkungan pesantren, sebagaimana di lembaga pendidikan lainnya, sering kali dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis dan kepribadian individu pelaku. Faktor-faktor tersebut mencakup kebutuhan untuk merasa berkuasa, riwayat trauma atau pengalaman buruk, serta rendahnya empati dan kontrol emosi. Setiap faktor memiliki peran penting dalam membentuk kecenderungan perilaku agresif terhadap orang lain.

Di sebuah pesantren di Jawa Timur, peneliti menemukan fenomena bullying yang berlangsung secara sistematis antara santri senior dan junior. Beberapa santri junior mengalami perundungan baik secara verbal, fisik, maupun sosial dari para senior yang memiliki posisi dan pengaruh lebih besar di lingkungan asrama. Seiring berjalannya waktu, sebagian dari santri yang semula menjadi korban kemudian menunjukkan perilaku serupa terhadap santri yang lebih muda, memperlihatkan terjadinya siklus kekerasan.

Kebutuhan untuk merasa berkuasa atau berpengaruh

Kebutuhan untuk merasa berkuasa atau memiliki pengaruh adalah salah satu motivasi utama bagi pelaku *bullying*. Menurut teori psikologi, individu yang memiliki kebutuhan dominasi berusaha mencari rasa superioritas atas individu lain, yang pada gilirannya memberikan perasaan kontrol dan pengaruh. Kebutuhan ini sering kali muncul sebagai respons terhadap perasaan inferior atau rendah diri, di mana individu tersebut merasa harus menunjukkan kekuatan mereka agar tidak dipandang lemah oleh orang lain (Olweus, 1993).

Dalam lingkungan pesantren, faktor ini sering kali terkait dengan hierarki antara santri senior dan junior. Santri senior yang mungkin merasa perlu menunjukkan kekuasaannya akan melihat santri junior sebagai target yang lebih mudah untuk ditekan. Hal ini, menurut peneliti, bisa dipahami melalui Teori Kekuasaan dan Kontrol (*Power-Control Theory*), di mana individu dengan posisi yang lebih kuat atau dominan dalam suatu kelompok berusaha mengatur perilaku individu yang lebih lemah atau memiliki kedudukan lebih rendah (Veenstra dkk., 2007). Perilaku *bullying* menjadi salah satu cara yang mereka gunakan untuk mengamankan atau mempertegas posisi mereka dalam hierarki sosial tersebut.

Para pelaku *bullying* biasanya merasa bahwa tindakan mereka memberikan keuntungan berupa status sosial di antara teman-teman sebaya, terutama di lingkungan tertutup seperti pesantren, di mana hierarki sosial cenderung lebih terlihat. Mereka mendapatkan apresiasi dari sekelompok santri lain yang menganggap tindakan tersebut sebagai tanda keberanian atau kepemimpinan (Salmivalli dkk., 1996). Namun, kebutuhan untuk berkuasa yang tidak disertai dengan pemahaman yang sehat tentang empati dan hubungan sosial yang positif akan berdampak pada hubungan antarindividu yang tidak harmonis dan meningkatkan kemungkinan terjadinya kekerasan interpersonal.

Santri A yang pernah menjadi korban *bullying* saat baru masuk pesantren. Sebagai santri junior, ia mengalami perlakuan kasar dan hinaan dari senior yang mengikis kepercayaan dirinya. Namun, ketika ia menjadi senior, ada keinginan kuat dalam dirinya untuk "menegaskan" posisinya agar tidak mengalami penindasan serupa. Ia menggunakan *bullying* terhadap juniornya sebagai cara untuk memperkuat posisi sosial dan menunjukkan kekuasaan, seolah untuk memastikan dirinya dihormati dan tidak diremehkan. Bagi Santri A, dengan berperan sebagai pelaku *bullying*, ia merasa lebih aman dan mampu menjaga statusnya di kalangan teman-temannya, tanpa lagi mengalami kerentanan yang dulu ia rasakan.

Santri B, di sisi lain, memiliki latar belakang yang lebih kompleks, dengan pengalaman kekerasan emosional dan fisik sejak kecil. Ketika masuk ke pesantren dan

mengalami *bullying*, trauma masa kecilnya semakin dalam. Santri B percaya bahwa kekerasan adalah satu-satunya cara untuk menguasai situasi dan mengatasi rasa tidak aman yang terus menghantuinya. Dalam posisinya sebagai senior, ia mengintimidasi junior untuk memperkuat dominasinya, berusaha menundukkan orang lain sebagai cara mempertahankan status sosialnya. Bagi Santri B, *bullying* bukan hanya tentang mempertahankan posisi, tetapi juga sarana untuk mendapatkan kontrol penuh, agar ia tidak lagi merasa lemah atau rentan seperti yang ia alami di masa lalu.

Dalam lingkungan pesantren yang memiliki struktur hierarki kuat, baik Santri A maupun Santri B terjebak dalam pola kekerasan yang mereka alami dan teruskan. Santri A merasa perlu *bullying* untuk menghindari kerentanan, sementara Santri B menggunakannya untuk menutupi trauma dan menunjukkan kekuasaan penuh. Kedua santri ini mencerminkan bagaimana kekerasan yang mereka alami telah membentuk mereka menjadi pelaku, menunjukkan perlunya dukungan dan intervensi untuk memutus siklus *bullying* ini agar santri tidak terjebak dalam pola yang berulang.

Baik Santri A dan Santri B menunjukkan bahwa mereka menggunakan *bullying* sebagai sarana untuk memperoleh rasa superioritas dan kontrol dalam lingkungan pesantren. Dengan menjadi pelaku *bullying*, mereka merasa memiliki kedudukan yang lebih tinggi dan dihormati di antara teman-teman mereka. Hal ini menguatkan teori bahwa individu yang merasa inferior atau tidak aman akan berusaha menunjukkan dominasi untuk menghindari ketidakpastian dan rasa lemah.

Riwayat Trauma atau Pengalaman Buruk

Santri yang pernah mengalami kekerasan, baik di dalam lingkungan keluarga, sekolah, maupun di luar pesantren, memiliki kecenderungan yang lebih besar untuk menjadi pelaku *bullying*. Perilaku ini dikenal sebagai “siklus kekerasan,” yaitu kecenderungan korban kekerasan untuk meniru atau mereplikasi tindakan tersebut terhadap individu lain. Menurut teori sosial kognitif, pengalaman kekerasan mengajarkan bahwa agresi adalah cara efektif untuk mencapai tujuan atau untuk mengatasi konflik (Bandura, 1973). Santri yang pernah mengalami perundungan

mungkin melihat tindakan tersebut sebagai hal yang wajar atau bahkan menguntungkan, sehingga mereka mengulangi perilaku tersebut kepada santri lain.

Dalam konteks pesantren, santri yang mengalami trauma atau pengalaman kekerasan sebelumnya sering kali tidak memiliki mekanisme yang efektif untuk mengatasi dampak psikologisnya. Kurangnya pendampingan atau dukungan dalam mengatasi trauma ini memperbesar kemungkinan bagi mereka untuk menginternalisasi pengalaman kekerasan tersebut sebagai norma perilaku yang wajar. Akibatnya, mereka berpotensi menjadi pelaku *Bullying* sebagai bentuk pelampiasan emosional dari pengalaman negatif mereka sendiri (Espelage & Swearer, 2004).

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Thornberg dan Knutsen (2011) menemukan bahwa sebagian besar pelaku *bullying* memiliki riwayat kekerasan atau trauma masa lalu, baik yang terjadi di dalam keluarga maupun dari pengalaman sosial lainnya. Mereka sering kali merespon rasa sakit dari pengalaman tersebut dengan tindakan agresif atau mengintimidasi orang lain. Riwayat kekerasan ini tidak hanya memengaruhi tindakan mereka terhadap individu lain, tetapi juga menciptakan rasa frustrasi dan ketidakamanan yang mendalam dalam diri mereka, sehingga perilaku agresif menjadi mekanisme untuk mengendalikan situasi yang mereka rasa mengancam.

Pengalaman traumatis yang dialami oleh Santri A dan Santri B, baik di rumah maupun di pesantren, memainkan peran besar dalam membentuk perilaku mereka sebagai pelaku *bullying*. Santri A, yang awalnya menjadi korban *bullying* di pesantren, mulai mengalami keruntuhan harga diri karena terus-menerus menerima perlakuan kasar dari seniorinya. Trauma ini membuatnya merasa terisolasi dan tak dihargai, sehingga ketika ia naik menjadi senior, ia menganggap *bullying* terhadap juniornya sebagai cara untuk melindungi dirinya dari perasaan rentan yang dulu ia rasakan. Dengan mengulangi pola kekerasan tersebut, ia merasa lebih kuat dan berusaha menjaga posisinya agar tidak lagi menjadi sasaran.

Berbeda dengan Santri A, Santri B memiliki pengalaman kekerasan lebih kompleks karena trauma masa kecil di rumah. Sejak kecil, ia menghadapi kekerasan

emosional dan fisik dari keluarganya, yang kemudian berlanjut di pesantren saat ia kembali menjadi korban *bullying* oleh senior. Trauma ganda ini membuat Santri B memiliki pandangan bahwa kekerasan adalah cara satu-satunya untuk bertahan dan mempertahankan diri. Ketika ia naik menjadi senior, ia mulai mengintimidasi juniornya sebagai cara untuk menyalurkan kemarahan dan mengatasi rasa takut yang tertanam sejak lama. *Bullying* ini tidak hanya memperkuat dominasinya, tetapi juga memberinya rasa aman, seolah ia menguasai situasi dan bebas dari kerentanan yang dulu ia alami. Penelitian sosial kognitif menunjukkan bahwa individu yang mengalami kekerasan seringkali cenderung mengulangi pola tersebut sebagai mekanisme pertahanan diri.

Trauma kekerasan yang dialami oleh Santri A dan Santri B membuat mereka melihat *bullying* sebagai cara untuk mengatasi ketidakamanan dan memperoleh penghargaan dari orang lain. Alih-alih mengatasi rasa takut dengan pendekatan positif, mereka justru menggunakan kekerasan untuk "menguasai" situasi sosial dan menegaskan posisi mereka. Fenomena ini menunjukkan pentingnya intervensi untuk mengubah pola pikir ini dan membantu korban kekerasan agar tidak terjebak dalam siklus yang berulang.

Rendahnya Empati dan Kontrol Emosi

Empati adalah kemampuan untuk memahami dan merasakan perasaan orang lain. Rendahnya tingkat empati membuat individu kurang sensitif terhadap dampak emosional yang mungkin ditimbulkan dari tindakan mereka terhadap orang lain. (Sari, & Wulandari, 2020). Dalam kasus *bullying*, pelaku yang memiliki empati rendah tidak merasakan penyesalan atau rasa bersalah ketika melakukan tindakan perundungan, karena mereka tidak mampu sepenuhnya memahami atau menghargai perasaan korban. Studi psikologis menunjukkan bahwa rendahnya empati sering kali berhubungan dengan perilaku agresif, karena pelaku tidak merasakan ikatan emosional dengan korban dan tidak memandang tindakannya sebagai sesuatu yang merugikan (Gini dkk., 2007).

Selain empati, kontrol emosi juga memainkan peran penting dalam perilaku *bullying*. Individu yang memiliki kendali emosi yang rendah lebih mungkin bereaksi impulsif terhadap situasi yang menantang atau memicu emosi. Santri yang tidak mampu mengendalikan amarah, misalnya, akan lebih mungkin melampiaskannya dengan cara menyerang atau merendahkan orang lain. Ini dapat dipahami melalui konsep “regulasi emosi,” yang menjelaskan bahwa individu dengan regulasi emosi yang buruk lebih rentan terhadap perilaku agresif karena mereka tidak memiliki cara yang sehat untuk mengelola atau mengekspresikan emosi negatif (Gross, 2002).

Dalam lingkungan pesantren, rendahnya empati dan kontrol emosi dapat diperburuk oleh minimnya intervensi atau bimbingan untuk mengembangkan keterampilan pengendalian diri. Santri yang tidak mendapatkan pembinaan dalam hal empati cenderung melihat orang lain hanya dari perspektif mereka sendiri, sehingga sulit bagi mereka untuk memahami atau menghormati kebutuhan emosional orang lain. Lebih lanjut, tanpa latihan atau panduan yang memadai untuk mengelola emosi, terutama emosi negatif, santri bisa menggunakan cara-cara agresif untuk melampiaskan ketidaknyamanan yang dirasakan.

Kedua santri, Santri A dan Santri B, menunjukkan kurangnya empati terhadap korban *bullying* yang mereka perlakukan dengan kasar. Pengalaman menjadi korban di masa lalu tampaknya membuat mereka lebih fokus pada kebutuhan untuk mempertahankan posisi dan status, tanpa memikirkan perasaan atau dampak buruk bagi junior mereka. Bagi mereka, memperlakukan junior secara keras adalah cara untuk melampiaskan kekecewaan dan kekesalan yang mereka alami sebagai korban sebelumnya.

Rendahnya empati ini membuat mereka sulit memahami dampak emosional dari tindakan mereka terhadap junior yang sebenarnya mengalami penderitaan serupa. Selain rendahnya empati, Santri A dan Santri B juga cenderung melampiaskan frustrasi dan tekanan dengan cara agresif. Santri A, misalnya, merasa perlu menunjukkan kekuasaan dengan mengintimidasi juniornya agar tidak lagi mengalami perasaan tak

berdaya yang dulu ia rasakan. Sementara itu, Santri B yang membawa trauma masa kecil dari rumah juga melampiaskan tekanan batin dengan kekerasan.

Mereka berdua cenderung menganggap tindakan agresif sebagai cara untuk mengatasi perasaan tak nyaman dan mengendalikan lingkungan di sekitar mereka. Agresi ini, selain menjadi bentuk ekspresi emosional, juga menjadi cara mereka berusaha melindungi diri dari kerentanan. Keterbatasan dalam mengelola emosi menjadi salah satu faktor yang memperkuat perilaku *bullying* mereka. Mereka tidak memiliki keterampilan untuk menyalurkan perasaan dengan cara yang lebih sehat, sehingga lebih mudah bagi mereka untuk bersikap impulsif dalam interaksi sosial.

Ketika mereka merasa terancam atau tertekan, respons utama mereka adalah kekerasan, tanpa mempertimbangkan dampaknya. Impulsivitas ini tidak hanya merugikan korban, tetapi juga menempatkan mereka dalam siklus perilaku negatif yang sulit diakhiri. Ketidakmampuan untuk mengendalikan emosi dan memahami perasaan orang lain memperlihatkan perlunya pembinaan emosi yang lebih baik dalam lingkungan pesantren agar para santri dapat belajar menghadapi masalah secara konstruktif tanpa harus merugikan orang lain.

Peran lingkungan Pesantren dalam dinamika *bullying*

Lingkungan pesantren, yang memiliki struktur hierarki sosial yang kuat, berperan dalam memperburuk dinamika *bullying* di kalangan santri. Santri senior sering merasa memiliki kekuasaan atau otoritas untuk memperlakukan junior mereka secara dominan, menganggapnya sebagai bagian dari tradisi atau "pendewasaan." Dalam kondisi seperti ini, para santri senior cenderung menganggap bahwa menunjukkan kekuasaan adalah suatu kewajiban. Mereka merasa memiliki "hak" untuk memperlakukan juniornya dengan lebih keras, memanfaatkan struktur hierarkis sebagai pembenaran tindakan tersebut (Huda & Fitriani, 2021).

Hierarki yang ketat di pesantren cenderung memperkuat rasa superioritas di kalangan santri senior. Mereka merasa perlu menunjukkan dominasi sebagai cara untuk mendapatkan penghormatan dan menjaga status mereka dalam kelompok. Menurut penelitian oleh Astuti (2020), lingkungan yang membangun struktur hierarki ketat dapat

meningkatkan risiko perilaku *bullying* karena adanya perasaan "lebih tinggi" dan berhak untuk memegang kendali atas yang lebih muda atau yang lebih baru. Dalam hierarki ini, *bullying* menjadi cara untuk mempertahankan posisi dan kekuatan sosial, bahkan jika harus melibatkan tindakan agresif atau intimidatif. Selain itu, perilaku *bullying* sering kali menjadi alat yang digunakan oleh santri senior untuk memotivasi rasa hormat dan kepatuhan dari junior.

Ketakutan untuk dihukum atau mendapat perlakuan kasar dari senior memaksa junior untuk tunduk, menciptakan lingkaran sosial yang terjebak dalam pola *bullying* yang berulang. Seperti yang dinyatakan oleh Nurdin (2019), struktur sosial yang hierarkis berisiko tinggi menciptakan budaya kekerasan dan penindasan jika tidak diimbangi dengan pendekatan edukasi dan pengelolaan emosi yang baik. Oleh karena itu, lingkungan pesantren sebaiknya mengedepankan pembinaan yang mendorong empati, kedisiplinan yang sehat, dan pemahaman akan hubungan sosial yang setara.

Penyelesaian dan intervensi untuk mengatasi *bullying* di Pesantren

Perilaku *bullying* di lingkungan pesantren seringkali diperkuat oleh struktur hierarkis dan kurangnya dukungan terhadap pengembangan emosional santri. Untuk mengatasi masalah ini, diperlukan pendekatan yang komprehensif dengan fokus pada pengembangan empati, pelatihan pengelolaan emosi, dan pendampingan psikologis bagi santri yang memiliki riwayat trauma. Pendekatan ini tidak hanya menargetkan pelaku *bullying*, tetapi juga memberikan dukungan kepada korban serta berfokus pada perbaikan sistemik dalam lingkungan pesantren.

Program pengembangan empati dan pengelolaan emosi salah satu langkah penting dalam mengurangi perilaku *bullying* adalah dengan membangun program pengembangan empati di kalangan santri. Menurut Huda & Sari (2020), empati merupakan komponen penting dalam mencegah agresi interpersonal karena kemampuan untuk memahami perasaan orang lain dapat menurunkan kecenderungan untuk melakukan kekerasan.

Dalam program pengembangan empati, santri diajarkan untuk menghargai perbedaan, memahami perasaan orang lain, dan melihat dampak negatif dari perilaku

bullying. Melalui kegiatan seperti diskusi kelompok, *role-playing*, dan refleksi diri, para santri dapat dilatih untuk lebih peduli terhadap teman-temannya dan menghindari tindakan yang dapat menyakiti orang lain. Selain pengembangan empati, pelatihan pengelolaan emosi juga sangat penting. Pelatihan ini bertujuan untuk membantu santri dalam mengenali, mengelola, dan mengekspresikan emosi dengan cara yang positif.

Kurangnya kemampuan pengelolaan emosi dapat membuat individu lebih mudah melampiaskan rasa marah atau frustrasi melalui perilaku agresif seperti *bullying*. Dengan pelatihan pengelolaan emosi, santri dapat belajar untuk menghadapi perasaan mereka tanpa perlu menyakiti orang lain. Program ini dapat mencakup latihan pernapasan, teknik relaksasi, dan cara-cara mengomunikasikan emosi secara asertif. (Rahmawati, 2021).

Pendampingan psikologis untuk santri yang mengalami trauma psikologis sangat penting. Trauma masa lalu dapat membuat individu rentan menjadi pelaku *bullying* sebagai cara untuk mengatasi ketidakamanan dan perasaan tidak berdaya yang mereka alami (Nurdin, 2019). Dengan pendampingan psikologis, santri dapat memperoleh dukungan dalam menyembuhkan luka emosional mereka serta memahami bahwa kekuatan tidak perlu ditunjukkan melalui kekerasan. Program ini dapat melibatkan konselor atau psikolog yang secara berkala mengadakan sesi individu atau kelompok, membantu santri mengatasi trauma dan memperkuat konsep diri mereka secara sehat. Pendampingan ini juga berfungsi sebagai sarana edukasi bagi santri tentang hubungan yang sehat dan penuh kasih sayang.

Dengan pemahaman ini, santri yang mengalami trauma akan lebih siap dalam membentuk hubungan sosial yang positif tanpa perlu menindas atau mengekspresikan kekuatan secara agresif. Dalam jangka panjang, dukungan psikologis yang konsisten dapat membantu menciptakan lingkungan pesantren yang lebih harmonis, di mana para santri merasa dihargai dan aman dari perlakuan kasar.

Dengan pendekatan yang holistik, lingkungan pesantren dapat diubah menjadi tempat yang aman dan penuh kasih sayang bagi semua santri. Program pengembangan empati, pelatihan pengelolaan emosi, dan pendampingan psikologis memiliki peran

penting dalam membentuk santri menjadi individu yang lebih memahami perasaan orang lain serta mampu mengelola emosi mereka secara positif. Kombinasi dari berbagai program ini dapat mencegah siklus *bullying* berulang, mengurangi ketegangan antar santri, dan menciptakan budaya pesantren yang inklusif dan mendukung perkembangan emosional seluruh penghuninya.

Kesimpulan

Bullying di lingkungan pesantren merupakan fenomena kompleks yang melibatkan faktor psikologis, dinamika sosial, dan sistem hierarkis yang ada di dalamnya. Studi ini mengidentifikasi bahwa pelaku *bullying* di pesantren sering kali adalah mantan korban, menunjukkan adanya pola siklus kekerasan yang berulang. Dalam konteks pesantren, kebutuhan untuk merasa berkuasa, riwayat trauma atau pengalaman buruk, serta rendahnya empati dan kontrol emosi menjadi faktor utama yang mendorong perilaku agresif ini. Sistem hierarki yang kuat di pesantren memberi otoritas pada santri senior, yang sering kali menggunakan posisi tersebut untuk mendominasi santri junior, sehingga menciptakan lingkungan yang rentan terhadap perundungan.

Penelitian ini menunjukkan bahwa santri yang mengalami kekerasan atau trauma cenderung meniru pola perilaku yang mereka alami, baik sebagai mekanisme pertahanan diri maupun sebagai cara untuk memperoleh kendali. Faktor psikologis seperti rendahnya empati dan ketidakmampuan dalam mengelola emosi juga berkontribusi terhadap perilaku *bullying*. Temuan ini mengindikasikan pentingnya program pengembangan empati dan pelatihan pengelolaan emosi dalam kurikulum pesantren, guna mendorong perilaku yang lebih positif serta mencegah siklus *bullying* berlanjut.

Pendekatan kolaboratif antara pesantren, keluarga, dan tenaga ahli psikologi dapat menjadi solusi efektif dalam mengurangi *bullying*. Melalui program pendampingan psikologis dan rehabilitasi bagi santri yang pernah mengalami trauma, pesantren dapat menciptakan lingkungan yang lebih aman, mendukung, dan bebas dari perundungan. Implementasi program ini diharapkan dapat memperbaiki iklim sosial

pesantren, serta mendukung perkembangan kepribadian santri secara holistik, baik secara emosional, sosial, maupun spiritual.

Referensi

- Afifah, S. (2023). Pencegahan Perundungan di Pesantren: Sebuah Pendekatan Kualitatif dengan Metode Studi Kasus. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 8(2), 123–134.
- Arfah, M., & Wantini, W. (2023). Perundungan di Pesantren: Fenomena Sosial pada Pendidikan Islam (Studi pada Pesantren Ulul Albab Tarakan). *Urwatul Wutsqo: Jurnal Studi Kependidikan dan Keislaman*, 12(2), 234–252. <https://doi.org/10.54437/urwatulwutsqo.v12i2.1061>
- Astuti, N. (2020). Hierarki Sosial dan Dampaknya terhadap Perilaku *Bullying* di Pesantren. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 15(2), 45–57.
- Bandura, A. (1973). *Aggression: A social learning analysis*. Prentice-Hall.
- Espelage, D. L., & Swearer, S. M. (2004). Research on School Bullying and Victimization: What Have We Learned and What Do We Need to Know? *School Psychology Review*, 33(3), 338–355.
- Fadilah, Ariantini, & Ningsih. (2023). Fenomena *bullying* di kawasan pondok pesantren. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Borneo*, 5(1), 1–10. <https://doi.org/10.35334/jbkb.v5i1.4061>
- Gini, G., Pozzoli, T., & Hymel, S. (2007). Moral disengagement among children and adolescents: A meta-analytic review of the role of empathy and its implications for bullying. *Personality and Social Psychology Review*, 11(3), 284–314. <https://doi.org/10.1177/1088868307302226>
- GoodStats. (2024). Laporan Statistik Kasus Bullying di Indonesia 2022–2024. GoodStats.
- Gross, J. J. (2002). Emotion Regulation: Affective, Cognitive, and Social Consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281–291. <https://doi.org/10.1017/S0048577201393198>
- Hasanuddin, & Amirullah. (2022). Fenomena Perilaku Bullying di Kalangan Santri Pondok Pesantren Miftahul Huda. *Jurnal Konseling Pendidikan Islam*.
- Huda, A., & Fitriani, L. (2021). Peran Struktur Hierarki dalam Pembentukan Perilaku Bullying di Pesantren. *Jurnal Pendidikan Islam*, 12(3), 102–115.
- Huda, M., & Sari, L. (2020). Pentingnya Empati dalam Mencegah Perilaku Bullying pada Remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 15(2), 45–53.

- Kemenko PMK. (2024). Laporan Kasus Kekerasan Anak di Indonesia. Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan.
- Kementerian Agama Republik Indonesia. (2022). Peraturan Menteri Agama No. 73 Tahun 2022 tentang Pengasuhan Ramah Anak di Pesantren. Kementerian Agama Republik Indonesia.
- Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI). (2024). Laporan Tahunan Perlindungan Anak di Indonesia. KPAI.
- Nugroho, M. A., Handoyo, E., & Hendriani, R. (2023). Identifikasi Faktor Penyebab Perilaku *Bullying* di Pesantren. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 12(2), 87–98.
- Nurdin, M. (2019). Budaya Kekerasan dan Hierarki dalam Lingkungan Pendidikan Pesantren: Tantangan dan Solusi. *Journal of Islamic Education*, 14(1), 76–89.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at School: What We Know And What We Can Do*. Blackwell.
- Rahmawati, D. (2021). Pengelolaan Emosi sebagai Strategi Pencegahan *Bullying* di Sekolah Menengah. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 17(3), 23–33.
- Rahmawati, F. (2021). Pentingnya Pendidikan Karakter dalam Mencegah *Bullying* di Pesantren. *Jurnal Pendidikan Islam*, 14(4), 45–56.
- Salmivalli, C., Kaukiainen, A., & Voeten, M. (1996). Positive Feelings Among Bullies and Victims: A Reason for *Bullying*? *Aggressive Behavior*, 22(2), 91–99. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1098-2337\(1996\)22:2<91::AID-AB1>3.0.CO;2-J](https://doi.org/10.1002/(SICI)1098-2337(1996)22:2<91::AID-AB1>3.0.CO;2-J)
- Sari, M. R., & Wulandari, R. (2020). Tantangan Pendidikan Moral dalam Menangani *Bullying* di Lembaga Pendidikan Islam. *Jurnal Pendidikan Moral*, 12(1), 77–90.
- Thornberg, R., & Knutsen, I. (2011). *School Bullying and The Social and Moral Dynamics of Peer Groups*. In D. L. Espelage & S. M. Swearer (Eds.), *Bullying in North American schools* (pp. 169–181). Routledge.
- Veenstra, R., Lindenberg, S., & Oldehinkel, A. J. (2007). The Influence of Social Networks on *Bullying* Behavior: A Multilevel Analysis. *Social Networks*, 29(4), 214–227. <https://doi.org/10.1016/j.socnet.2007.02.002>
- Zakiah, N. L., & Khusumadewi, A. (2024). Kesejahteraan Psikologis pada Korban *Bullying* di Pondok Pesantren Al-Bishri Denanyar Jombang. *Jurnal BK UNESA*, 14(1), 1–10.
- Zulva, D.A.A., Yahya, I., & Rofiq, A. (2024). Pesantren Based on Child-Friendly: Countering the *Bullying* Cases in Pesantren. *Journal of Pesantren and Fiqh Sosial*, 5(01), 2830–4659. <https://doi.org/10.35878/santri.v5i1.1271>