

Penerapan Pendekatan Interpersonal Kepribadian Harry S. Sullivan Dalam Mengatasi Korban Bully

Risydah Fadilah¹, Nurdelita Anggraini², Nur Anissa³, Nidaul Ummah⁴

¹ Universitas Medan Area

²⁻⁴ Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Email : ¹ risydah@staff.uma.ac.id, ² nurdelitaa@gmail.com, ³ nanissa450@gmail.com,
⁴ nidaulummah2003@gmail.com

Abstract. Sullivan viewed human life as an energy system, whose primary concern was how to relieve the tension created by desire and anxiety. Cases of bullying that often occur in the world of education in Indonesia are indeed increasingly concerning. Bullying behavior can hurt students, so they feel unwanted and rejected by their environment. This of course will have an effect on various student activities at school. This study aims to determine the application of Harry S. Sullivan's counseling to overcome bullying victims and feel bad when given responses by other people to students of SMAN 1 Galang. This study uses interview techniques. The method of collecting data is by anamnesis to find out the problems of these students. The subject in this study was one of the 11th grade students of SMAN 1 Galang.

Keywords: Bully, Behavior, Students

Abstrak. Sullivan memandang kehidupan manusia sebagai system energi, yang perhatian utamanya adalah bagaimanamenghilangkan tegangan yang ditimbulkan oleh keinginan dan kecemasan. Kasus bullying yang kerap terjadi dalam dunia pendidikan di Indonesia memang kian memprihatinkan. Perilaku bullying dapat menyakiti siswa, sehingga mereka merasa tidak diinginkan dan ditolak oleh lingkungannya. Hal ini tentunya akan membawa efek kepada berbagai kegiatan siswa disekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan konseling Harry S. Sullivan untuk mengatasi korban bully dan rasa yang tidak enak saat di beri tanggapan oleh orang lain pada siswa SMAN 1 Galang. Penelitian ini menggunakan teknik wawancara. Metode pengumpulan data dengan anamnesa untuk mengetahui masalah dari siswa tersebut. Subjek dalam penelitian ini adalah salah satu siswa kelas 11 SMAN 1 Galang.

Kata Kunci : Bully, Perilaku, Siswa

LATAR BELAKANG

Sullivan mengemukakan suatu pandangan yang lebih bersifat psikologi-sosial tentang perkembangan kepribadian yaitu suatu pandangan dimana pengaruh-pengaruh yang unik dari hubungan-hubungan manusia diberi peran yang semestinya, yang menempatkan faktor sosial menentukan perkembangan psikologis.

Hubungan interpersonal merupakan interaksi dengan orang lain, atau significant others yang mempengaruhi seperti perasaan-perasaan yang dimiliki seseorang, perasaan aman, pengenalan akan diri sendiri serta motivasi untuk seseorang berperilaku (Birtchnell, 1997). Sullivan, (1996) mengatakan didalam sebuah hubungan, terjadi suatu keadaan dimana terdapat perpindahan "energy" antara satu dengan yang lainnya yang membuat seseorang merasa

terpuaskan dengan hubungannya dengan orang lain atau sebaliknya, terjadi suatu ketegangan didalam suatu hubungan.

Menurut Dwyer, (2014) relasi atau hubungan terbentuk ketika terdapat dua atau lebih seseorang mempengaruhi satu dengan yang lain pada suatu periode tertentu. Johnson, (1986) untuk menciptakan, mengembangkan, dan, mempertahankan hubungan interpersonal tersebut, terdapat empat area kemampuan yang harus dimiliki individu, yaitu adanya rasa percaya dan mau mengenal satu sama lain, komunikasi yang baik, kemampuan untuk menerima dan memberi dukungan dan kemampuan untuk menyelesaikan masalah dengan baik, termasuk mengendalikan emosi.

Konsep diri adalah pandangan dan persepsi kita mengenai apa yang ada dalam diri kita. Harry Stack Sullivan dalam menjelaskan bahwa jika kita diterima orang lain, dihormati, dan disenangi karena keadaan diri kita, maka kita akan cenderung bersikap menghormati dan menerima diri kita. Sebaliknya, bila orang lain selalu meremehkan kita, menyalahkan dan menolak kita kita akan cenderung tidak menyukai diri kita. Pada hasil wawancara kepada salah satu siswi SMAN 1 Galang didapat informasi bahwa salah satu penyebab dia di *bully* dan merasa kurang percaya diri adalah terbentuknya persepsi teman-teman sekitar tentang dirinya, bahwa dirinya adalah seorang yang bodoh, miskin, dan “kuper” atau yang biasa disebut kurang pergaulan.

Ada banyak pandangan mengenai konsep diri. Salah satunya ada yang mengatakan jika seorang anak lahir dalam keluarga yang pintar, kaya dan berhasil anak itu pasti akan sukses karena memiliki konsep diri yang baik. Padahal pada umumnya konsep diri dibentuk melalui suatu proses bukan faktor keturunan. Karena bayi lahir tanpa adanya suatu konsep diri. Konsep diri akan terbentuk melalui interaksi dengan orangtua, keluarga dan lingkungan sekitar.

Kasus yang dialami GR yaitu GR mulai di *bully* sejak dia berada dibangku sekolah dasar kelas 6 hingga sekarang kelas 11. GR mengeluh dia dibully karena giginya yang tidak rapi, tindakan bully temannya itu sering terjadi sehingga membuat GR kepikiran mengenai masalah itu dan kurang percaya diri untuk berkomunikasi dengan teman dan orang lain. Terakhir GR dibuly hari Rabu, 14 April 2023. GR mengalami rasa takut yang berlebihan terhadap penolakan atau kritikan dari orang lain sehingga membuat GR menjadi korban *bullying*. Ketika GR diperlakukan tidak adil, GR tidak melawan hanya diam saja, tetapi dia selalu kepikiran mengenai masalah itu. GR tidak memberitahu masalahnya di sekolah kepada orangtuanya tetapi dia hanya memberitahukan kepada sahabatnya. GR menyelesaikan suatu

masalah atau mengerjakan selalu menyelesaikan masalahnya sendiri, dan tidak mau merepotkan orang lain.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan penelitian dengan pendekatan kualitatif, dengan pengumpulan data dilakukan untuk mengetahui permasalahan yang dihadapi serta untuk merancang solusi. Penelitian kualitatif adalah jenis metode penelitian yang digunakan untuk meneliti kondisi subjek dan objek yang dialami, dimana peneliti sebagai *key instrument* (instrumen kunci). Hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna daripada generalisasi. Peneliti dalam penelitian ini berusaha memahami peristiwa dan kaitan-kaitannya terhadap orang-orang yang biasa dalam situasi tersebut. Sebagaimana dalam penelitian ini, permasalahan yang dipahami secara mendalam adalah Korban *bully* dan merasa kurang percaya diri akibat pendapat orang lain tentang dirinya. Selain itu, proses pengumpulan data melalui teknik observasi dan wawancara yang mendalam kepada anak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pendekatan Sullivan adalah salah satu pendekatan dalam psikologi klinis yang dikembangkan oleh Harry Stack Sullivan. Pendekatan ini menitikberatkan pada hubungan interpersonal dan lingkungan sosial dalam membentuk kepribadian individu. Sullivan berpendapat bahwa individu tidak dapat dipahami secara terpisah dari konteks sosial dan budaya di mana mereka hidup.

Menurut Sullivan, hubungan interpersonal merupakan faktor utama dalam membentuk kepribadian individu. Dia mengemukakan bahwa individu membangun konsep diri mereka melalui interaksi sosial dengan orang lain, terutama dengan orang-orang yang mereka anggap penting dalam hidup mereka. Konsep diri ini kemudian membentuk sikap dan perilaku individu dalam hubungan interpersonal selanjutnya.

Selain itu, Sullivan juga menekankan pentingnya lingkungan sosial dalam membentuk kepribadian individu. Dia menganggap lingkungan sosial sebagai faktor yang mempengaruhi perilaku individu dan membedakan individu satu dengan yang lainnya. Sullivan berpendapat bahwa lingkungan sosial yang sehat dan mendukung dapat membantu individu untuk berkembang secara positif, sementara lingkungan yang merugikan dapat menyebabkan masalah psikologis seperti kecemasan, depresi, dan gangguan kepribadian.

Dalam pendekatan Sullivan, terapi dilakukan melalui hubungan interpersonal antara klien dan terapis. Terapis bertindak sebagai figur yang memfasilitasi klien untuk memahami

dan mengatasi masalah mereka melalui interaksi yang terapeutik. Terapis juga membantu klien untuk memperbaiki hubungan *interpersonal* mereka dengan orang lain dan lingkungan sosial mereka. Secara keseluruhan, pendekatan Sullivan menekankan bahwa individu tidak dapat dipahami secara terpisah dari lingkungan sosial dan hubungan interpersonal mereka. Pendekatan ini menempatkan hubungan *interpersonal* dan lingkungan sosial sebagai faktor utama dalam membentuk dan mempengaruhi kepribadian individu.

DINAMIKA KEPERIBADIAN

Sullivan memandang kehidupan manusia sebagai system energi, yang perhatian utamanya adalah bagaimana menghilangkan tegangan yang ditimbulkan oleh keinginan dan kecemasan. Energi dapat terwujud dalam bentuk-bentuk di bawah ini;

1. Tegangan (*Tension*)

Dalam literatur kami, kami tidak menemukan informasi langsung mengenai pandangannya tentang tegangan (*tension*) pada korban *bully*. Meskipun demikian, kita dapat mempertimbangkan beberapa konsep psikologis umum yang dapat terkait dengan tegangan pada korban *bully*. Korban *bully* sering kali mengalami berbagai tingkat tegangan psikologis akibat penindasan dan pelecehan yang mereka alami. Beberapa bentuk tegangan yang mungkin mereka alami antara lain:

- a) Tegangan emosional: Korban *bully* mungkin mengalami stres, kecemasan, takut, dan depresi akibat pelecehan yang mereka alami. Mereka mungkin merasa malu, terisolasi, dan tidak berdaya.
- b) Tegangan *interpersonal*: Korban *bully* mungkin mengalami kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat sebagai akibat dari pengalaman trauma yang mereka alami. Mereka mungkin mengalami kesulitan dalam mempercayai orang lain dan merasa sulit untuk membuka diri.
- c) Tegangan fisik: Beberapa korban *bully* juga mungkin mengalami tegangan fisik akibat pelecehan fisik yang mereka alami. Cedera fisik dapat menyebabkan rasa sakit, ketidaknyamanan, dan trauma fisik.
- d) Tegangan kognitif: Korban *bully* mungkin mengalami perubahan dalam pemikiran mereka sebagai akibat dari pengalaman pelecehan. Mereka mungkin meragukan diri sendiri, mengembangkan pola pikir negatif tentang diri mereka sendiri, dan memiliki pandangan yang terdistorsi tentang hubungan sosial.

Penting untuk diingat bahwa setiap individu akan merespons pengalaman *bully* dengan cara yang unik. Pandangan Harry S. Sullivan yang lebih spesifik tentang tegangan pada korban *bully* mungkin belum saya ketahui. Jika ada pendekatan atau teori spesifik yang ingin Anda ketahui tentang tegangan pada korban *bully* menurut Sullivan, tolong beri tahu saya agar saya dapat memberikan informasi yang lebih tepat.

Tension adalah potensi untuk bertingka-laku yang disadari atau tidak disadari. Sumber tegangan tersebut ada dua:

a) Kebutuhan (*needs*)

Kebutuhan yang pertama muncul adalah tegangan yang timbul akibat ketidak seimbangan biologis dalam diri individu. Kebutuhan ini dipenuhi dengan Kepuasannya bersifat episodik, sesudah memperoleh kepuasan mengembalikan tegangan akan menurun/hilang, namun setelah lewat beberapa waktu akan muncul kembali. Kebutuhan yang muncul kemudian berhubungan dari hubungan interpersonal.

Pada konsep kebutuhan ini, GR hanya membutuhkan ketenangan agar setiap hari tidak ada *bullying* dari teman temannya, GR membutuhkan teman-teman yang saling mendukung satu dengan yang lain sehingga tidak ada beban pikiran yang tidak tenang di kehidupan GR, jadi harapan besar GR hanya ingin bebas dari *bullying* teman-temannya.

b) kecemasan (*anxiety*)

Menurut Sullivan, kecemasan merupakan pengaruh pendidikan terbesar sepanjang hayat, disalurkan mula-mula oleh pelaku keibuan kepada bayinya. Jika ibu mengalami kecemasan, akan dinyatakan pada wajah, irama kata, dan tingka-lakunya. Proses ini oleh Sullivan dinamakan empati.

Pada konsep kecemasan ini, GR sangatlah cemas, GR cemas seriap waktu disekolah karena dia takut *bully* ketika bertemu dengan teman-temannya, sikap GR yang cemas membuat ia menjad tidak percaya diri akan kelebihan dirinya, GR cemas jika nanti temannya terus-terusan *bully* GR, sehingga kehidupan GR terganggu akan pikiran itu.

Dalam konteks *bullying*, pendekatan Sullivan menekankan bahwa perilaku *bullying* dapat terjadi ketika individu merasa tidak diterima atau diakui oleh kelompok atau lingkungannya. Ketika individu merasa tidak memiliki posisi yang kuat dalam kelompok, ia dapat menggunakan perilaku *bullying* sebagai cara untuk menegaskan kekuasaannya dan mendapatkan pengakuan dari orang lain. Dengan kata lain, perilaku *bullying* dapat menjadi cara individu untuk memenuhi kebutuhan psikologisnya.

Selain itu, pendekatan Sullivan juga mengemukakan bahwa perilaku *bullying* seringkali dipicu oleh perasaan takut atau cemas. Individu yang melakukan *bullying* mungkin merasa

takut atau cemas terhadap sesuatu, dan perilaku tersebut dapat menjadi cara untuk mengatasi perasaan tersebut. Misalnya, anak yang sering melakukan bullying pada teman sekelasnya mungkin merasa cemas atau takut karena tekanan dari orang tua atau lingkungan sekitarnya untuk mencapai standar yang tinggi dalam prestasi akademik atau olahraga.

Dalam mengatasi masalah *bullying*, pendekatan Sullivan menekankan pentingnya memperkuat hubungan sosial antar individu dan meningkatkan kemampuan individu untuk memenuhi kebutuhan sosialnya. Hal ini dapat dicapai melalui pendekatan yang melibatkan seluruh komunitas, seperti mengembangkan program-program yang mendorong hubungan yang sehat dan positif antar individu, meningkatkan kesadaran akan dampak negatif dari perilaku bullying, dan memberikan dukungan untuk individu yang mungkin merasa kesadaran akan dampak negative.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa penerapan pendekatan interpersonal kepribadian dari Harry S. Sullivan dapat mengatasi korban *bullying*. Dan saat mengatasi masalah *bullying*, pendekatan Sullivan menekankan pentingnya memperkuat hubungan sosial antar individu dan meningkatkan kemampuan individu untuk memenuhi kebutuhan sosialnya. Hal ini dapat dicapai melalui pendekatan yang melibatkan seluruh komunitas, seperti mengembangkan program-program yang mendorong hubungan yang sehat dan positif antar individu, meningkatkan kesadaran akan dampak negatif dari perilaku bullying, dan memberikan dukungan untuk individu yang mungkin merasa tidak diterima atau diakui oleh lingkungannya.

DAFTAR REFERENSI

- Alwisol, A. (2004). Psikologi kepribadian. Malang: Universitas Muhammyadiah Malang.
- Alwisol. (2006). Psikologi Kepribadian Edisi Revisi. Malang: UMM Press.
- Naisaban, L. (2004). Para psikolog terkemuka dunia: Riwayat hidup, pokok pikiran, dan karya. Grasindo.
- Riyanta, K. B. PERKEMBANGAN TEORI HUBUNGAN INTERPERSONAL DARI SULLIVAN HINGGA GOLLEMAN. IKIP PGRI Wates
- Rosyidi, H. (2012). Psikologi kepribadian: paradigma psikoanalisa.