

HADIS TENTANG *BULLYING* DAN RELEVANSINYA TERHADAP KESEHATAN MENTAL REMAJA (IMAM MUSLIM 4650)

Nazla Wildania Yasmin¹, Andris Nurita²

^{1,2} UIN Sunan Ampel Surabaya

e-mail : ¹nazlaayasmiin@gmail.com, ²zulfimaulida64@gmail.com

Abstract

Bullying is closely related to a person's mental health. Mental health is a branch of science that studies mental health that focuses on a healthy spirit by looking at human behavior as a complex psychophysical form. Mental health is the formation of compatibility and harmony between one psychological role and another so as to produce a balanced adjustment between humans and the surrounding environment. The result of mental health can be seen from psychological distress, which is a negative impact of *bullying*. Based on this research, it can be seen that victims of *bullying* have negative dispositions in themselves including anxiety, antisocial mental distress, and in the long term it has an impact on their future spouses and their children. and in the long term, it has an impact on their future spouse as well as their school life or future career. future career. Not only psychological distress, victims of *bullying* are generally affected by psychological well-being stating that they feel less happy than people who are not affected by *bullying*. less happy than people who are not affected by *bullying*.

Keywords: *Bullying; Mental Health; Children*

Abstrak

Aksi *bullying* sangat erat kaitannya dengan kesehatan mental seseorang. Kesehatan mental ialah cabang ilmu yang mempelajari kesehatan jiwa yang menitikberatkan rohani yang sehat dengan memandang perilaku manusia sebagai satu wujud psikofisik yang kompleks. Kesehatan mental merupakan terbentuknya kesesuaian serta keserasian antara peranan kejiwaan satu dan lainnya sehingga menghasilkan penyesuaian yangimbang antara manusia dengan lingkungan sekitarnya. Akibat kesehatan mental tersebut dapat dilihat dari psychological distress yang mana merupakan dampak negatif dari aksi *bullying*. Bersumber pada riset tersebut dapat diketahui bahwa korban *bullying* mempunyai watak negatif dalam diri sendiri diantaranya kecemasan, tekanan mental antisosial, serta pada jangka panjang hal tersebut berakibat pada pasangannya nanti serta kehidupan sekolahnya ataupun karirnya kedepan. Tidak hanya psychological distress, para korban *bullying* umumnya terdampak psychological well-being yang menyatakan bahwa mereka merasa dirinya kurang senang dibanding orang yang tidak terdampak *bullying*.

Kata Kunci: *Bullying; Kesehatan Mental; Remaja*

A. Pendahuluan

Pada Zaman Milenial saat ini, *bullying* menjadi salah satu fenomena yang kembali ramai diperbincangkan oleh masyarakat Indonesia dan dunia. *Bullying* ini adalah segala bentuk penindasan atau kekerasan, yang dilakukan secara sengaja oleh satu orang atau

kelompok yang lebih kuat, dengan tujuan untuk menyakiti orang lain dan dilakukan terus menerus. Berdasarkan data yang dirilis oleh Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) pada tahun 2023, tindakan *bullying* paling banyak terjadi di lingkungan sekolah dan media sosial. Sedikit Flashback, pada tanggal 13 Oktober 2019, sebuah kasus bunuh diri yang dilakukan oleh seorang public figure yang berasal dari Negeri Gingseng menggemparkan Indonesia dan dunia. Menurut keterangan yang didapatkan setelah pemeriksaan, Choi Jin-ri atau yang lebih dikenal dengan Sulli memutuskan untuk bunuh diri (*suicide*) karena merasa tertekan dan mengalami depresi akut atas komentar-komentar kebencian (*hate comments*) yang dituliskan oleh para warganet di kolom komentar akun media sosialnya.

Peristiwa tersebut merupakan salah satu jenis *bullying* yang dilakukan melalui platform media sosial yang menjadi candu bagi mayoritas individu di masa sekarang. Bentuk *bullying* ini disebut dengan istilah *cyberbullying* yang memiliki jenis beragam dan bersifat *indirect* (tidak langsung). Sedangkan perilaku *bullying* yang juga tidak dapat dihindari keberadaannya ialah *bullying* yang dilakukan di dunia nyata secara *face to face* dan bersifat *direct* (langsung) antara pelaku dan korban. *Bullying* ini terdiri dari tiga bentuk, yaitu verbal, fisik dan sosial. Dari peristiwa di atas menunjukkan bahwa dampak dari tindakan *bullying* berakibat sangat riskan dan fatal.

Islam dikenal sebagai agama yang damai dan mencintai kedamaian. Di dalam ajaran Islam, hubungan antar sesama manusia sangat dijunjung tinggi setelah jalinan hubungan secara *vertical* kepada Allah SWT sehingga Rasulullah saw. melarang setiap Muslim untuk berkata dan berperilaku buruk kepada orang lain sebagaimana firman Allah SWT dalam QS. Al-Hujurat ayat 11 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّن قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّن نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْألقَابِ بِئْسَ الإِسْمُ الفُسُوقُ بَعْدَ الإِيمَانِ وَمَن لَّمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ

Terjemahnya

Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain (karena) boleh jadi mereka (yang diperolok-olokkan) lebih baik dari mereka (yang mengolok-olok) dan jangan pula perempuan-perempuan (mengolok-olokkan) perempuan lain (karena) boleh jadi perempuan (yang diperolok-olokkan) lebih baik dari perempuan (yang mengolok-olok). Janganlah kamu saling mencela satu sama lain dan janganlah saling memanggil dengan gelar-gelar yang buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk (fasik) setelah beriman. Dan barangsiapa tidak bertobat, maka mereka itulah orang-orang yang zalim.

Fokus riset ini adalah kepada hadis riwayat Muslim yang mempunyai kandungan tentang tata cara memperlakukan seorang dengan tidak menyalahi haknya selaku manusia, yakni untuk saling menghargai, menyayangi menghormati serta berlaku baik kepada sesama. Akan tetapi seiring berjalannya waktu serta pesatnya pertumbuhan teknologi, tindakan kasar yang dilakukan kepada sesama merambah sampai ke dunia maya (*cyberbullying*) sehingga tidak mudah untuk dihalau laju perkembangannya. Walaupun demikian, berbagai platform media sosial saat ini kembali berupaya untuk mengaplikasikan ideal moral yang terdapat di dalam hadis Nabi tersebut dengan memberikan sebagian kebijakan sehingga bisa menghindari serta mengurangi penyebaran aksi *bullying*.

B. Metode Penelitian

Dalam penulisan artikel ini, metode yang digunakan yakni penelitian yang berpatokan terhadap teori terkait dengan judul tulisan ini. Jenis penelitian yang digunakan berupa *library research* (penelitian kepustakaan), dengan menggunakan sumber rujukan berupa buku-buku, jurnal, dokumen dan lain sebagainya. Penelitian ini merupakan penelitian Kualitatif yang menjelaskan secara deskriptif dan analitis tentang apa yang dimuat.

C. Hasil dan Pembahasan

C.1. Pengertian *Bullying* dan Kaitannya Terhadap Kesehatan Mental

Pemicu terbentuknya *bullying* ada banyak dan bermacam-macam disetiap permasalahan. Pada beberapa permasalahan *bullying* dapat terjadi akibat pengaruh lingkungan ataupun masyarakat sekitar. Anak yang pernah menyaksikan serta merasakan kekerasan dapat belakukan tindak *bullying* kepada anak lainnya. Lingkungan yang agresif ataupun tidak harmonis untuk anak dapat menjadi pemicu timbulnya perilaku *bullying* pada anak tersebut. Terlebih dari itu, perilaku tidak percaya diri, haus hendak kekuasaan, kebiasaan mengejek orang, tidak berpendidikan empati, ingin menjadi populer di lingkungan, serta kemauan untuk diakui serta berbaur dengan pergaulan yang tidak baik merupakan sebagian pemicu dari timbulnya perilaku *bullying* pada seorang anak kecil ataupun orang dewasa.

Dalam buku Rosen et al. (2017) menjelaskan beberapa faktor yang menyebabkan *bullying*, diantaranya ialah faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang menyebabkan *bullying* adalah faktor temperamental dan faktor psikologi terhadap intensitas melakukan tindakan agresi. Pelaku bertindak impulsif dan minimnya kemampuan regulasi diri. Pada waktu mereka melakukan tindakan kekerasan, mereka tidak merasa bersalah ataupun berempati terhadap korban. Demikian individu yang melakukan tindakan *bullying* memiliki kemampuan sosial yang rendah (Rosen et al., 2017). Selanjutnya, Menesini et al. (2013) meneliti terkait aspek moral pada perilaku dan tindakan *bullying*. Penelitian bertujuan menguji peran perilaku tidak bermoral terhadap keterlibatan dalam *bullying*. Hasil penelitian mengungkapkan moral berperan pada tindakan pelaku *bullying*.

Pelaku *bullying* memiliki intensitas empati yang minim dalam fenomena interaksi sosial. Skrzypiec et al. (2012) menyebutkan bahwa mereka mengalami permasalahan perilaku abnormal, perilaku hiperaktif, dan prososial sangat berkaitan dengan respon pelaku ketika dirinya terlibat dengan lingkungan sosial sekitar. Berbeda dengan korban-pelaku, tingkat gangguan kesehatan mental mereka lebih besar dibandingkan pelaku dan korban *bullying*, mereka adalah individu yang melakukan tindakan *bullying* namun mereka juga menjadi korban *bullying*. Mereka mengalami permasalahan prososial, hiperaktif, dan masalah perilaku. Untuk korban *bullying*, penelitian Skrzypiec et al. (2012) menjelaskan bahwa mereka berada pada rating antara pelaku dan korban-pelaku *bullying*. Mereka mempunyai masalah dengan kesehatan mental, terutama gejala emosional (Skrzypiec et al., 2012). Hal yang sering sekali dijumpai adalah mereka terisolasi secara sosial, tidak memiliki teman dekat atau sahabat, dan tidak memiliki hubungan baik dengan orang tua (Rosen et al., 2017). Korban *bullying* juga mengalami kekerasan fisik, untuk *bullying* yang bersifat kekerasan secara fisik. Tindakan kekerasan secara fisik dan verbal yang mereka terima sering menjadi faktor trauma untuk jangka pendek dan jangka panjang. Trauma mempengaruhi terhadap

penyesuaian diri dengan lingkungan, yaitu dalam hal ini adalah lingkungan sekolah (Modecki et al., 2014). Bahkan penelitian yang dilakukan oleh Cornell et al. (2013) menemukan bahwa *bullying* adalah prediktor untuk tingkat prestasi akademik dan putus sekolah siswa sekolah menengah atas.

C.2. Pemahaman Hadis Imam Muslim no. 4650

حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ مَسْلَمَةَ بْنِ قَعْنَبٍ حَدَّثَنَا دَاوُدُ يَعْنِي ابْنَ قَيْسٍ عَنْ أَبِي سَعِيدٍ مَوْلَى عَامِرِ بْنِ كُرَيْزٍ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لَا تَحَاسَدُوا وَلَا تَنَاجَشُوا وَلَا تَبَاغَضُوا وَلَا تَدَابَرُوا وَلَا يَبِيعُ بَعْضُكُمْ عَلَى بَيْعِ بَعْضٍ وَكُونُوا عِبَادَ اللَّهِ إِخْوَانًا الْمُسْلِمُ أَخُو الْمُسْلِمِ لَا يَظْلِمُهُ وَلَا يَخْذُلُهُ وَلَا يَحْقِرُهُ التَّقْوَى هَاهُنَا وَيُشِيرُ إِلَى صَدْرِهِ ثَلَاثَ مَرَّاتٍ بِحَسَبِ امْرِيٍّ مِنَ الشَّرِّ أَنْ يَحْقِرَ أَخَاهُ الْمُسْلِمَ كُلُّ الْمُسْلِمِ عَلَى الْمُسْلِمِ حَرَامٌ دَمُهُ وَمَالُهُ وَعِرْضُهُ حَدَّثَنِي أَبُو الطَّاهِرِ أَحْمَدُ بْنُ عَمْرٍو بْنِ سَرْحٍ حَدَّثَنَا ابْنُ وَهْبٍ عَنْ أُسَامَةَ وَهُوَ ابْنُ زَيْدٍ أَنَّهُ سَمِعَ أَبَا سَعِيدٍ مَوْلَى عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَامِرِ بْنِ كُرَيْزٍ يَقُولُ سَمِعْتُ أَبَا هُرَيْرَةَ يَقُولُ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَذَكَرَ نَحْوَ حَدِيثِ دَاوُدَ وَزَادَ وَنَقَصَ وَمِمَّا زَادَ فِيهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يَنْظُرُ إِلَى أَجْسَادِكُمْ وَلَا إِلَى صُورِكُمْ وَلَكِنْ يَنْظُرُ إِلَى قُلُوبِكُمْ وَأَشَارَ بِأَصَابِعِهِ إِلَى صَدْرِهِ

Artinya :

Telah menceritakan kepada kami 'Abdullah bin Maslamah bin Qa'nab, telah menceritakan kepada kami Daud yaitu Ibnu Qais dari Abu Sa'id budak 'Amir bin Kuraiz dari Abu Hurairah dia berkata, Rasulullah ﷺ bersabda, "Janganlah kalian saling mendengki, saling memfitnah, saling membenci, dan saling memusuhi. Janganlah ada seseorang di antara kalian yang menjual beli sesuatu yang masih dalam penawaran muslim lainnya dan jadilah kalian hamba-hamba Allah yang saling bersaudara. Muslim yang satu dengan muslim yang lainnya adalah bersaudara tidak boleh menyakiti, merendahkan, ataupun menghina. Takwa itu ada di sini (Rasulullah menunjuk dadanya), beliau mengucapkannya sebanyak tiga kali. Seseorang telah dianggap berbuat jahat apabila ia menghina saudaranya sesama muslim. Muslim yang satu dengan yang lainnya haram darahnya, hartanya, dan kehormatannya." Telah menceritakan kepadaku Abu At Thahir Ahmad bin Amru bin Sarh, telah menceritakan kepada kami Ibnu Wahab dari Usamah yaitu Ibnu Zaid Bahwa dia mendengar Abu Sa'id -budak- dari Abdullah bin Amir bin Kuraiz berkata, aku mendengar Abu Hurairah berkata, Rasulullah ﷺ bersabda, -kemudian perawi menyebutkan Hadits yang serupa dengan Hadits Daud, dengan sedikit penambahan dan pengurangan. Diantara tambahannya adalah, "Sesungguhnya Allah tidak melihat kepada tubuh dan rupa kalian, akan tetapi Allah melihat kepada hati kalian. (seraya mengisyaratkan telunjuknya ke dada beliau).

Dalam matan riwayat Imam Muslim secara spesifik dijelaskan tentang pentingnya persatuan antar umat Muslim. Dalam riwayat Abu Daud juga secara spesifik mengarah kepada umat Muslim untuk saling menjaga persaudaraan. Dengan pertimbangan tersebut, maka hadis riwayat Ibnu Majah telah dimunculkan oleh Nabi SAW dalam kapasitasnya sebagai pemimpin umat Islam. Sudah sewajarnya seorang pemimpin menjaga keutuhan umatnya,serta menjadi hal wajar jika seorang pemimpin a menjalin kerukunan satu sama lain dan menghindari segala bentuk perbuatan yang dapat mengakibatkan perpecahan, salah satunya yaitu merendahkan satu sama lain. Jika dicermati kembali, hadits riwayat Imam

Muslim tersebut pada awalnya melarang segala hal yang dapat mengakibatkan perpecahan. Seperti mendengki, menghujat, meremehkan serta mengambil hak orang lain. Kemudian, Rasulullah melarang tindakan merendahkan yang secara khusus ditujukan bagi sesama umat Islam. Hal ini mengindikasikan bahwa konteks waktu dan tempat hadits itu dikeluarkan adalah ketika umat Islam telah menjadi masyarakat madani di Madinah, dengan sistem dan hukum yang telah mapan, tentunya yang sangat diperhatikan adalah aspek-aspek sosial seperti tata acara bermasyarakat dan menjaga persatuan. Maka muncullah hadits tentang larangan merendahkan orang lain yang bisa menjadi akar perpecahan umat Islam yang telah mapan di Madinah. Sebagaimana ayat-ayat madaniyyah dalam al-quran yang berisi pesan-pesan tentang hukum, mu'amalah dan aspek-aspek sosial lainnya. Secara keseluruhan hampir tidak lagi menyampaikan pesan-pesan tentang akidah, ajaran tauhid ataupun masalah. Sebab, dakwah Nabi pada saat di Madinah telah sampai pada tahap ajaran *hablu min an-naas*

C.3. Penutup

Pada masa saat ini, *bullying* menjadi salah satu fenomena yang kembali ramai diperbincangkan oleh masyarakat Indonesia dan dunia. Tindakan ini merupakan aksi perundungan, pengucilan, intimidasi yang dilakukan seseorang kepada orang lain baik berbentuk verbal ataupun pun raga. Perilaku ini dapat mencakup pelecehan verbal, kekerasan raga ataupun pemaksaan, serta dapat diarahkan berulang kali terhadap korban tertentu, mungkin atas dasar ras, agama, gender, seksualitas, ataupun keahlian. Aksi tersebut bukan karena adanya sesuatu perkara lebih dahulu melainkan lahir dari perilaku superioritas seorang sampai seolah tersangka tersebut berhak serta mempunyai untuk merendahkan korbannya. Secara khusus dampak *bullying* terhadap kesehatan mental sendiri yaitu korban mengalami trauma terhadap pelaku, depresi yang mengakibatkan korban mengalami penurunan konsentrasi, penurunan rasa tidak percaya diri, muncul keinginan untuk membully sebagai bentuk balas dendam, phobia sosial dengan ciri takut dilihat atau diperhatikan di depan umum, cemas berlebihan, putus sekolah dan bunuh diri. Selain itu, dampak *bullying* bagi kesehatan mental anak adalah korban merasa paling bersalah diantara yang lain sehingga korban bully cenderung sering menyendiri, kepercayaan diri korban menurun, semangat hidup berkurang sehingga mereka lebih suka murung dan cenderung tidak bergairah. Bagi sebagian orang emosi mereka semakin meningkat sehingga mereka cenderung dendam dan berniat melakukan apa yang telah mereka alami terhadap orang lain.

Referensi

- Benedikta. *Faktor Penyebab Bully* dalam Stelios N Georgiou, “*Bullying and Victimization In Cyprus: The Role of Social Pedagogy*,” *International Journal of Pedagogy*, Vol. 4, No. 1 2015.
- Darmayanti, K., dkk. (2019). *Bullying di Sekolah: Pengertian, Dampak, Pembagian dan Cara Menanggulangnya*. *Pedagogia Jurnal Ilmu Pendidikan*
- Hadis Riwayat Muslim, *Sahih Muslim, Kitab al-Birru wa al-Shillah wa al-adab, Bab Tahrimu Zalima al-Muslimu wa Khazalahu wa Ihtiqaluhu wa Damuhu wa 'Irduhu wa Maluhu*, No. 4650, CD *Mausu'ah al-Hadis al-Syarif*, Global Islamic Software, 1991-1997.
- Hidayati, Nurul. “*Bullying Pada Anak: Analisis dan Alternatif Solusi*”. *Insan*. Vol. 14, No. 01. 2012.

<https://tafsirweb.com/9781-surat-al-hujurat-ayat-11.html>

Pratama, Aunillah Reza dan Wildan Hidayat. “Fenomena *Bullying* Perspektif *Hadis*: Upaya Spiritual sebagai *Problem Solving* atas Tindakan *Bullying*”. *Dialogia*. Vol. 16, No. 2. 2018.