

# ANALISIS PERILAKU PELAKU BULLYING MELALUI PERSPEKTIF TEORI KEPERIBADIAN SIGMUND FREUD

Isyroqul Mubarak<sup>1</sup>, Rini Sugiarti<sup>1</sup>, Erwin Erlangga<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Megister Psikologi, Universitas Semarang, Kota Semarang

[Isyroqulmubarak@gmail.com](mailto:Isyroqulmubarak@gmail.com), [riendoe@usm.ac.id](mailto:riendoe@usm.ac.id), [erwinerlangga@usm.ac.id](mailto:erwinerlangga@usm.ac.id)

## ABSTRAK

Penelitian ini memeriksa perilaku bullying melalui lensa teori kepribadian Sigmund Freud, dengan fokus pada id, ego, dan superego. Pendekatan teoretis ini digunakan untuk mengeksplorasi bagaimana dorongan instingtif id yang tidak terkontrol, serta defisiensi dalam fungsi ego dan superego, mempengaruhi manifestasi perilaku bullying. Metode penelitian ini melibatkan studi literatur yang mendalam untuk mengevaluasi konsep-konsep psikologis dari berbagai sumber, termasuk teori-teori modern tentang regulasi emosi, mindset, dan moralitas. Data dikumpulkan dari analisis terhadap teori-teori ini, dengan fokus pada pengembangan kerangka kerja intervensi yang lebih efektif untuk mengurangi perilaku bullying. Hasil penelitian menunjukkan bahwa integrasi teori-teori psikologis dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor internal yang mempengaruhi perilaku bullying, serta menawarkan strategi intervensi yang potensial untuk meningkatkan regulasi emosi, mengubah mindset, dan memperkuat moralitas dalam konteks pencegahan bullying. Penelitian ini memberikan landasan teoretis dan praktis untuk pengembangan program intervensi yang lebih efektif di sekolah dan masyarakat, dengan harapan dapat mengurangi insiden bullying secara signifikan.

mempersiapkan anak secara mental dan emosional sebelum memasuki pendidikan dasar.

**Kata Kunci:** *Bullying, Teori Kepribadian Frued, Regulasi Emosi*

## **PENDAHULUAN**

Sigmund Freud, dengan teori psikoanalisisnya, menawarkan kerangka kerja yang dapat membantu memahami perilaku pelaku bullying. Freud membagi struktur kepribadian manusia menjadi tiga komponen utama: id, ego, dan superego. Id mewakili dorongan instingtif yang mencari kepuasan segera, ego berfungsi sebagai pengontrol yang berusaha menyeimbangkan dorongan id dengan kenyataan, dan superego merupakan internalisasi norma-norma moral dan etika.

Dalam konteks perilaku bullying, perilaku agresif dapat dilihat sebagai manifestasi dari dorongan id yang kuat, di mana pelaku mungkin mencari kepuasan melalui dominasi atau kontrol atas orang lain. Ketika ego dan superego gagal mengendalikan dorongan ini, perilaku bullying dapat terjadi. Misalnya, seorang siswa yang merasa tertekan atau tidak dihargai di rumah mungkin menyampaikan kekecewaannya melalui perilaku agresif terhadap teman sekelasnya sebagai cara untuk mendapatkan kembali rasa kontrol atau superioritas.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perilaku bullying dengan menggunakan teori kepribadian Freud untuk memahami lebih dalam faktor-faktor psikologis yang mendasari tindakan tersebut. Dengan memahami bagaimana konflik internal antara id, ego, dan superego mempengaruhi perilaku pelaku, intervensi yang lebih tepat dapat dirancang untuk mencegah bullying dan membantu pelaku dalam mengelola dorongan agresif mereka secara lebih konstruktif.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang melakukan bullying seringkali menunjukkan tanda-tanda ketidakmampuan mengendalikan dorongan agresif dan memiliki tingkat empati yang rendah. Sebuah penelitian oleh Olweus (2023) menemukan bahwa pelaku bullying cenderung memiliki harga diri yang rendah dan menggunakan bullying sebagai mekanisme untuk meningkatkan citra diri mereka di mata teman sebaya.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah metode tinjauan pustaka atau studi pustaka. Pendekatan ini dipilih untuk mengumpulkan, menyalakan, dan

menyintesis penelitian yang telah ada mengenai perilaku pelaku bullying dan teori kepribadian Sigmund Freud. Proses pengumpulan literatur dilakukan melalui pencarian artikel jurnal, buku, dan laporan penelitian dari database akademis seperti Google Scholar, PubMed, JSTOR, dan ProQuest. Artikel yang dipilih untuk dianalisis harus relevan dengan topik bullying dan teori Freud. Literatur yang ditampilkan kemudian dianalisis untuk mengidentifikasi temuan utama terkait pemahaman perilaku pelaku bullying dari perspektif teori kepribadian Freud. Analisis ini difokuskan pada faktor-faktor psikologis yang mendasari tindakan bullying menurut konsep id, ego, dan superego Freud.

## **PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN**

Perilaku bullying biasanya dikaitkan dengan berbagai faktor psikologis, termasuk dinamika internal yang dijelaskan dalam teori kepribadian Sigmund Freud. Menurut Freud, kepribadian manusia terdiri dari tiga komponen utama: id, ego, dan superego. Id adalah bagian dari kepribadian yang berisi dorongan-dorongan instingtif yang mencari kepuasan segera (Freud, 1923). Dalam konteks bullying, id dapat dilihat sebagai sumber dorongan agresif yang mendasari perilaku pelaku. Misalnya, pelaku bullying mungkin merasakan dorongan untuk mendominasi atau mengontrol orang lain sebagai cara untuk memuaskan kebutuhan instingtif akan kekuasaan dan superioritas.

Bandura (1977) memperluas pemahaman kita tentang perilaku agresif melalui teori pembelajaran sosial, yang menyatakan bahwa perilaku agresif, termasuk bullying, dipelajari melalui observasi dan meniru model-model dalam lingkungan sekitar. Anak-anak yang menyaksikan perilaku agresif di rumah, di sekolah, atau di media cenderung meniru perilaku tersebut. Id yang kuat dan dorongan instingtif untuk mendominasi dapat diperkuat melalui proses pembelajaran ini. Ketika anak-anak melihat bahwa perilaku agresif diterima atau bahkan dihargai dalam lingkungan mereka, dorongan ini semakin diperkuat dan dimanifestasikan dalam perilaku bullying.

Albert Ellis, melalui teori Rational Emotive Behavior Therapy (REBT), menyimpulkan bahwa keyakinan irasional dapat memperkuat dorongan id yang maladaptif (Ellis, 1962). Misalnya, pelaku bullying mungkin memiliki keyakinan bahwa mereka harus selalu mendapatkan apa yang mereka inginkan atau bahwa mereka lebih unggul dari orang lain. Keyakinan irasional ini mendorong perilaku agresif yang tidak dikendalikan oleh ego atau superego. Ellis menyarankan bahwa intervensi yang efektif harus mengubah keyakinan irasional ini menjadi lebih rasional, sehingga perilaku agresif dapat dikurangi.

Lebih lanjut, teori Penentuan Nasib Sendiri yang dikemukakan oleh Deci dan Ryan (1985) menekankan pentingnya kebutuhan psikologis dasar seperti otonomi, kompetensi, dan keterhubungan sosial. Ketika kebutuhan ini tidak terpenuhi, individu mungkin beralih ke perilaku agresif sebagai cara untuk mengatasi ketidakpuasan atau ketidakmampuan mereka dalam memenuhi kebutuhan tersebut. Id yang kuat dalam konteks ini dapat mendorong individu untuk menggunakan intimidasi sebagai cara untuk merasa berdaya atau terkoneksi, meskipun dengan cara yang merugikan orang lain.

Kombinasi dari teori-teori ini memperkaya pemahaman kita tentang bagaimana id berperan dalam perilaku bullying. Id yang berisi dorongan instingtif untuk agresi dan dominasi tidak hanya muncul dari kebutuhan dasar tetapi juga dipengaruhi oleh proses pembelajaran sosial dan keyakinan irasional. Selain itu, isyarat untuk memenuhi kebutuhan psikologis dasar dapat memperkuat dorongan id untuk mencari kontrol dan dominasi melalui perilaku bullying.

Setelah kita melihat bullying dari perspektif id, sekarang kita akan melihat dari sudut pandang ego. Ego sendiri di sisi lain, berfungsi sebagai mediator antara dorongan id dan realitas eksternal (Freud, 1923). Ego berusaha untuk menyeimbangkan keinginan id dengan tuntutan lingkungan sosial dan norma-norma yang ada. Namun, dalam banyak kasus bullying, ego gagal mengendalikan dorongan id yang kuat, sehingga perilaku agresif pun muncul. Hal ini bisa disebabkan oleh berbagai faktor, seperti tidak adanya pengendalian diri atau ketidakmampuan untuk mengendalikan tekanan sosial dengan cara yang lebih konstruktif. Penelitian oleh Olweus (2023) menunjukkan bahwa pelaku bullying

seringkali memiliki tingkat harga diri yang rendah dan menggunakan bullying sebagai mekanisme untuk meningkatkan citra diri mereka di mata teman sebaya.

Teori Regulasi Emosi yang dikembangkan oleh Gross (1998) menyoroti bagaimana individu mengelola dan mengendalikan emosi mereka. Dalam konteks perilaku bullying, pelaku mungkin menunjukkan defisiensi dalam keterampilan regulasi emosi, yang menyebabkan kegagalan ego dalam menahan dorongan id yang agresif. Gross menunjukkan bahwa individu yang tidak dapat mengelola emosi negatif seperti frustrasi atau kemarahan cenderung menunjukkan perilaku maladaptif seperti agresi. Intervensi yang fokus pada pengembangan keterampilan regulasi emosi dapat membantu memperkuat fungsi ego, sehingga individu dapat menyalurkan dorongan mereka dengan cara yang lebih konstruktif.

Dweck (2006), dengan teori Mindset, memperkenalkan konsep fixed mindset dan growth mindset. Pelaku intimidasi sering kali memiliki pola pikir tetap, di mana mereka percaya bahwa sifat dan kemampuan mereka tetap dan tidak dapat diubah. Ego dalam fixed mindset ini tidak mencari cara untuk berkembang atau beradaptasi, melainkan mencari jalan pintas untuk merasa superior dengan menindas orang lain. Mengubah pola pikir pelaku intimidasi dari pola pikir tetap menjadi pola pikir berkembang dapat membantu mereka melihat konflik sosial sebagai kesempatan untuk belajar dan berkembang, bukan sebagai ancaman yang harus dihadapi dengan agresi.

Teori Self-Regulation dari Baumeister dan Vohs (2007) juga memberikan perspektif penting mengenai peran ego dalam perilaku bullying. Mereka menyatakan bahwa kemampuan individu untuk mengatur diri sendiri dan mengendalikan impuls adalah kunci untuk berperilaku adaptif dalam situasi sosial. Pelaku bullying mungkin memiliki masalah dalam regulasi diri, yang menyebabkan kegagalan ego dalam mengendalikan dorongan id. Baumeister dan Vohs memulai pentingnya mengembangkan strategi pengaturan diri yang efektif untuk mengurangi perilaku agresif dan meningkatkan kesejahteraan psikologis individu.

Selain itu, teori Attachment dari Bowlby (1982) menyoroti pentingnya hubungan awal antara anak dan pengasuh dalam membentuk kemampuan ego untuk mengelola hubungan sosial. Anak-anak dengan keterikatan yang aman cenderung

memiliki ego yang lebih kuat dan mampu mengelola konflik sosial dengan lebih baik. Sebaliknya, anak-anak dengan keterikatan yang tidak aman mungkin mengembangkan ego yang lemah, yang gagal mengendalikan dorongan id yang agresif, sehingga lebih rentan terhadap perilaku bullying. Penelitian oleh Mikulincer dan Shaver (2019) menunjukkan bahwa individu dengan attachment yang aman memiliki keterampilan regulasi emosi yang lebih baik dan lebih sedikit menunjukkan perilaku agresif.

Dengan mengintegrasikan teori-teori modern ini, kita dapat memahami bahwa ego yang gagal mengontrol dorongan id dalam perilaku bullying disebabkan oleh defisiensi dalam regulasi emosi, mindset yang kaku, kurangnya self-regulation, dan masalah attachment. Intervensi yang efektif harus mencakup pengembangan keterampilan regulasi emosi, perubahan mindset, peningkatan self-regulation, dan perbaikan hubungan attachment. Dengan demikian, ego dapat diperkuat untuk mengelola dorongan id secara lebih adaptif dan mengurangi perilaku bullying.

Superego, yang berkembang dari internalisasi norma-norma moral dan etika masyarakat, berfungsi sebagai pengawas moral yang mengendalikan dorongan id melalui rasa bersalah dan rasa malu (Freud, 1923). Dalam konteks perilaku bullying, superego yang lemah atau tidak berkembang dengan baik dapat menyebabkan pelaku kurang merasa bersalah atas tindakan agresif mereka. Faktor-faktor seperti lingkungan keluarga yang kurang mendukung, kurangnya perhatian orang tua, atau model perilaku agresif yang diamati dalam lingkungan sekitar dapat berkontribusi pada perkembangan superego yang tidak memadai. Studi oleh Gini dan Pozzoli (2009) menunjukkan bahwa anak-anak yang terlibat dalam bullying seringkali berasal dari lingkungan keluarga yang tidak stabil atau memiliki pola asuh yang permisif terhadap perilaku agresif.

Teori Moral Development dari Lawrence Kohlberg, meskipun tidak sepenuhnya baru, tetap relevan dalam memahami perkembangan superego. Penelitian terbaru oleh Malti dan Krettenauer (2017) memperluas teori ini dengan menyoroti bahwa perkembangan moral anak-anak dipengaruhi oleh interaksi sosial dan konteks budaya. Anak-anak yang dibesarkan dalam lingkungan yang

menekankan empati, keadilan, dan pengasuhan cenderung mengembangkan superego yang lebih kuat. Oleh karena itu, lingkungan yang mendukung perkembangan moral yang sehat dapat mengurangi kecenderungan perilaku bullying dengan memperkuat superego.

Selain itu, penelitian terbaru menunjukkan bahwa superego juga dipengaruhi oleh kemampuan individu untuk mengembangkan empati dan perspektif moral. Penelitian oleh Decety dan Cowell (2018) menekankan bahwa empati memainkan peran kunci dalam pengembangan moralitas. Individu yang memiliki tingkat empati yang tinggi lebih cenderung memiliki superego yang kuat dan lebih sedikit terlibat dalam perilaku agresif seperti bullying. Intervensi yang dirancang untuk meningkatkan empati, seperti program pendidikan emosional dan sosial, dapat membantu memperkuat superego dan mengurangi perilaku bullying.

Teori Self-Concept Clarity yang dikembangkan oleh Campbell et al. (2018) juga memberikan wawasan penting tentang bagaimana superego berkembang. Self-concept clarity mengacu pada sejauh mana keyakinan tentang diri sendiri adalah jelas, stabil, dan konsisten. Individu dengan self-concept clarity yang tinggi cenderung memiliki superego yang lebih kuat karena mereka memiliki pemahaman yang lebih baik tentang norma-norma moral dan etika yang mereka anut. Sebaliknya, individu dengan self-concept clarity yang rendah mungkin memiliki superego yang lemah dan lebih rentan terhadap perilaku bullying. Penelitian oleh Campbell dan koleganya menunjukkan bahwa intervensi yang meningkatkan self-concept clarity dapat memperkuat superego dan mengurangi perilaku agresif.

Penelitian terbaru oleh Helwig dan Jasiobedzka (2020) menyoroti pentingnya pendidikan moral dan etika dalam membentuk superego. Mereka menekankan bahwa pendidikan yang mengajarkan nilai-nilai moral, keadilan, dan penghargaan terhadap orang lain dapat membantu anak-anak menginternalisasi norma-norma ini dalam superego mereka. Sekolah dan program pendidikan yang menekankan pentingnya moralitas dan empati dapat berperan besar dalam mencegah perilaku bullying dengan memperkuat superego siswa.

Dengan menggabungkan teori-teori ini, kita dapat memahami bahwa superego yang kuat dan sehat berkembang melalui interaksi sosial yang positif,

pendidikan moral, dan kemampuan empati. Superego yang lemah atau tidak berkembang dengan baik dapat menyebabkan individu tidak merasa bersalah atas perilaku agresif mereka, sehingga meningkatkan risiko perilaku bullying. Intervensi yang efektif untuk mengurangi perilaku bullying harus mencakup upaya untuk memperkuat superego melalui pendidikan moral, pengembangan empati, dan peningkatan self-concept clarity.

Selain itu, mekanisme pertahanan yang dijelaskan oleh Freud juga dapat membantu memahami perilaku bullying. Mekanisme perlindungan seperti proyeksi, di mana individu menyalurkan perasaan atau dorongan yang tidak dapat diterima kepada orang lain, dapat terjadi pada pelaku bullying. Misalnya, seorang anak yang merasa tidak berdaya atau tertekan di rumah mungkin memproyeksikan perasaan ini dengan menindas teman sekelasnya sebagai cara untuk menyampaikan kekecewaan dan ketidakpuasan mereka. Hal ini didukung oleh penelitian Baumeister, Dale, dan Sommer (1998), yang menemukan bahwa individu yang merasa tertekan atau mengalami tekanan emosional lebih cenderung menunjukkan perilaku agresif terhadap orang lain.

Melalui analisis teori kepribadian Freud, dapat disimpulkan bahwa perilaku bullying tidak hanya dipengaruhi oleh faktor eksternal tetapi juga oleh dinamika internal yang kompleks. Id yang kuat, ego yang lemah, dan superego yang tidak memadai, serta penggunaan mekanisme pertahanan yang maladaptif, semuanya berkontribusi pada perilaku bullying. Oleh karena itu, intervensi yang efektif untuk mengatasi penindasan harus mempertimbangkan tidak hanya faktor lingkungan tetapi juga membantu individu dalam mengembangkan mekanisme pengendalian diri yang lebih baik dan internalisasi norma-norma moral yang kuat.

Dengan demikian, memahami pelaku perilaku bullying melalui lensa teori kepribadian Freud memberikan wawasan yang mendalam tentang bagaimana konflik internal dan dinamika psikologis dapat mempengaruhi perilaku agresif. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi intervensi yang dapat membantu pelaku mengelola tekanan agresif mereka secara lebih konstruktif dan membangun kontrol diri yang lebih baik, dengan tujuan akhir mengurangi insiden bullying dan menciptakan lingkungan sosial yang lebih aman dan mendukung.

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini mendalami kompleksitas perilaku bullying melalui pendekatan teori kepribadian Freud, dengan fokus pada id, ego, dan superego. Id sebagai sumber dorongan instingtif untuk agresi dan dominasi, jika tidak terkontrol, dapat mempengaruhi perilaku bullying. Ego, yang seharusnya menjadi mediator yang efektif antara id dan realitas eksternal, sering kali gagal dalam mengelola dorongan agresif, terutama ketika terdapat defisiensi dalam regulasi emosi dan self-regulation. Superego yang kuat, yang menginternalisasi norma-norma moral dan etika, dapat mencegah perilaku bullying dengan menghasilkan rasa bersalah yang sehat atas tindakan agresif. Melalui integrasi teori-teori modern seperti teori regulasi emosi, mindset, dan pengembangan moral, penelitian ini menawarkan pandangan yang lebih dalam tentang bagaimana dinamika internal kepribadian mempengaruhi manifestasi perilaku bullying dan menyarankan strategi intervensi yang lebih efektif dalam mengatasi masalah ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*.
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2007). "Self-Regulation, Ego Depletion, and Motivation". *Social and Personality Psychology Compass*, No. 1(Vol. 1).
- Baumeister, R. F., Dale, K., & Sommer, K. L. (1998). "Freudian Defense Mechanisms and Empirical Findings in Modern Social Psychology: Reaction Formation, Projection, Displacement, Undoing, Isolation, Sublimation, and Denial". *Journal of Personality*.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment*.
- Campbell, J. D., Assanand, S., & Di Paula, A. (2018). "The structure of the self-concept and its relation to psychological adjustment". *Journal of Personality*, No. 86(Vol. 2)
- Decety, J., & Cowell, J. M. (2018). "The complex relation between morality and empathy". *Trends in Cognitive Sciences*, No. 22(Vol.5)
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*.

- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The New Psychology of Success*.
- Ellis, A. (1962). *Reason and Emotion in Psychotherapy*.
- Freud, S. (1923). *The Ego and the Id*.
- Gini, G., & Pozzoli, T. (2009). "Association Between Bullying and Psychosomatic Problems: A Meta-analysis". *Pediatrics*.
- Gross, J. J. (1998). "The emerging field of emotion regulation: An integrative review". *Review of General Psychology*, No. 2(Vol. 3).
- Helwig, C. C., & Jasiobedzka, U. (2020). "The development of moral reasoning and moral emotions in childhood".
- Malti, T., & Krettenauer, T. (2017). "The Relation of Moral Emotion Attributions to Prosocial and Antisocial Behavior: A Meta-Analysis". *Child Development*, No. 88(Vol. 2).
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2019). *Attachment in Adulthood: Structure, Dynamics, and Change*.
- Olweus, D. (2023). *Bullying at School: What We Know and What We Can Do*.
- Zaviera, Ferdinan. (2021) *Teori Kepribadian Sigmund Freud*. Prismashopie, Jogjakarta.