

Kecenderungan *Trust Issue* pada Remaja Korban *Bullying*

Erwin Kurniawan Nur Hidayat¹, Ulfa Amalia¹, Soffa Rossyidah²

¹Universitas Teknologi Yogyakarta

²Universitas Pendidikan Indonesia

E-mail: soffarossyidah0@gmail.com

Received: 5 October 2025

Accepted: 2 Desember 2025

Published: 5 Desember 2025

ABSTRAK

Bullying merupakan bentuk perilaku agresif yang berdampak serius terhadap kondisi psikologis korban, salah satunya berupa kecenderungan *trust issue* atau kesulitan mempercayai orang lain. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan bentuk dan dampak kecenderungan *trust issue* pada remaja yang pernah menjadi korban bullying. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus terhadap lima remaja berusia 16–18 tahun di wilayah Yogyakarta yang mengalami bullying, terutama secara verbal dan sosial. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan dianalisis melalui proses reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman traumatis akibat bullying menimbulkan kecemasan, ketakutan, kesulitan memaafkan, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Kondisi tersebut berdampak pada menurunnya kepercayaan diri dan kualitas hubungan interpersonal remaja. Penelitian ini menegaskan bahwa bullying berpengaruh signifikan terhadap terbentuknya *trust issue*, sehingga diperlukan pendampingan psikologis dan lingkungan suportif untuk mendukung proses pemulihan korban. Selain itu, *trust issue* tidak hanya memengaruhi relasi sosial, tetapi juga perkembangan emosional dan pembentukan identitas diri. Temuan ini mengimplikasikan perlunya lembaga pendidikan dan praktisi bimbingan konseling mengembangkan program intervensi yang berfokus pada pemulihan rasa aman, peningkatan kepercayaan diri, serta pembangunan hubungan interpersonal yang sehat melalui dukungan sosial dan layanan konseling berkelanjutan.

Kata Kunci: Bullying; Remaja; *Trust issue*

Trust Issues Tendencies among Adolescent Victims of Bullying

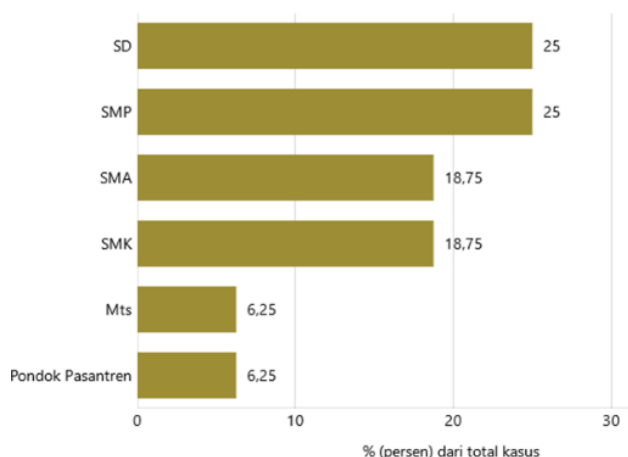
ABSTRACT

Bullying is an aggressive behavior that has a profound impact on the psychological condition of victims, including the emergence of trust issues or difficulties in trusting others. This study aims to describe the forms and impacts of trust issue tendencies among adolescents who have experienced bullying. A qualitative approach with a case study method was employed involving five adolescents aged 16–18 years in Yogyakarta who had experienced verbal and social bullying. Data were collected through in-depth interviews and analyzed using data reduction, data presentation, and conclusion drawing techniques. The findings reveal that traumatic bullying experiences lead to anxiety, fear, difficulty forgiving, and tendencies to withdraw from social interactions. These conditions contribute to decreased self-confidence and diminished quality of interpersonal relationships. The study concludes that bullying significantly influences the formation of trust issues among adolescents, highlighting the need for psychological assistance and a supportive environment to facilitate recovery. Furthermore, trust issues not only affect social relationships but also impact emotional development and self-identity formation. These findings imply that educational institutions and counseling practitioners should develop intervention programs focusing on restoring a sense of safety, enhancing self-confidence, and building healthy interpersonal relationships through sustained social support and counseling services.

Keywords: Bullying; Adolescent; Trust issue

PENDAHULUAN

Perilaku bullying masih menjadi persoalan serius dalam lingkungan pendidikan di Indonesia. Data Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) yang dihimpun Databoks menunjukkan bahwa pada periode Januari–Agustus 2023 terdapat 16 kasus perundungan di sekolah, dengan proporsi tertinggi terjadi pada jenjang SD dan SMP, disusul SMA/SMK, madrasah, serta pondok pesantren (Nabilah, 2023). Temuan ini mengindikasikan bahwa bullying merupakan fenomena yang tersebar pada berbagai jenjang pendidikan dan berpotensi menimbulkan dampak psikologis jangka panjang bagi peserta didik.



Gambar 1. Data Kasus Perundungan di Lingkungan Sekolah (Databoks, 2023)

Survei pendahuluan yang dilakukan peneliti pada salah satu SMP di Kabupaten Sleman terhadap 154 responden (7 Maret 2024) menunjukkan bahwa 44,8% siswa pernah mengalami bullying. Bentuk bullying yang paling dominan adalah verbal (72,3%), diikuti sosial (12,3%), siber (10,8%), dan fisik (4,6%). Bullying yang terjadi pada masa remaja dapat menimbulkan dampak psikologis berkepanjangan. Pengalaman traumatis pada masa anak dan remaja diketahui memengaruhi kondisi emosional di masa

dewasa, termasuk munculnya reaksi emosional berlebihan saat individu menghadapi stimulus yang mengingatkan pada pengalaman traumatis (Aini & Wulan, 2023). Upaya pemulihan seperti forgiveness dapat mereduksi dampak psikologis tersebut (Rienneke & Setianingrum, 2018), meskipun tidak semua individu mampu memaafkan secara optimal (Triana Sartika & Bajirani, 2025). Trauma akibat bullying juga berkaitan dengan rendahnya kesejahteraan psikologis, kurangnya penerimaan diri, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Bullying yang terjadi secara berulang dapat menurunkan kepercayaan diri dan memengaruhi berbagai aspek kehidupan sosial maupun personal korban (Busyra, 2019).

Salah satu dampak psikologis lanjutan yang muncul pada korban bullying adalah trust issue, yaitu kondisi ketika individu kesulitan mempercayai orang lain dan cenderung memiliki asumsi negatif terhadap niat orang di sekitarnya (Lestari & Pasilaputra, 2024; Dianita, 2022). Apabila kondisi ini tidak tertangani, individu dapat mengalami hambatan dalam menjalin relasi interpersonal, bahkan terhadap orang yang dekat dengannya, sehingga berdampak pada kesehatan sosial dan emosional. Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji dampak bullying terhadap kesehatan mental, seperti stres, kecemasan, dan kesejahteraan psikologis, kajian yang secara khusus menelusuri keterkaitan antara pengalaman bullying dan kecenderungan trust issue pada remaja Indonesia masih terbatas. Padahal, trust issue merupakan aspek penting dalam pembentukan relasi sosial yang sehat (Rachmawati, 2024).

Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengisi kekosongan tersebut dengan mengkaji secara empiris hubungan antara pengalaman bullying dan munculnya trust issue pada remaja di Indonesia. Hasil penelitian

diharapkan memberikan kontribusi praktis bagi bidang Bimbingan dan Konseling, khususnya dalam pengembangan layanan preventif, kuratif, dan rehabilitatif. Pemahaman mendalam mengenai hubungan antara bullying dan trust issue dapat membantu konselor sekolah dalam merancang intervensi yang tepat sasaran, seperti konseling trauma, penguatan relasi interpersonal, serta pengembangan kepercayaan diri siswa (Apriyanti, 2024). Selain itu, temuan ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan program layanan BK yang berfokus pada pencegahan bullying dan pemulihan psikologis korban agar peserta didik mampu membangun hubungan sosial yang adaptif dan sehat.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai kecenderungan trust issue pada remaja korban bullying. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti menggali pengalaman subjektif, emosi, serta makna yang dibangun subjek dalam konteks kehidupan sehari-hari. Subjek penelitian terdiri atas lima remaja berusia 13–18 tahun yang pernah mengalami bullying, baik secara verbal, fisik, sosial, maupun melalui media daring. Pemilihan subjek dilakukan dengan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria: (1) pernah menjadi korban bullying, (2) menunjukkan indikasi kesulitan mempercayai orang lain, dan (3) bersedia berpartisipasi secara sukarela. Penelitian dilaksanakan di wilayah Yogyakarta, khususnya di Kecamatan Seyegan dan Kecamatan Godean.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam (in-depth interview) secara tatap muka dengan menggunakan pedoman

wawancara sebagai instrumen utama. Pedoman ini disusun untuk menjaga fokus pembahasan pada tujuan penelitian, meliputi pengalaman bullying, respons emosional terhadap pelaku, tingkat kecemasan dalam interaksi sosial, perasaan kesepian, kesulitan bergaul, serta kemampuan memaafkan. Seluruh wawancara direkam dan ditranskripsikan secara verbatim guna memudahkan proses analisis.

Analisis data dilakukan menggunakan model analisis interaktif Miles dan Huberman (Fadli, 2021), yang terdiri dari tiga tahapan utama: (1) reduksi data, yaitu memilih dan merangkum informasi yang relevan; (2) penyajian data dalam bentuk uraian naratif untuk menggambarkan kondisi subjek secara komprehensif; dan (3) penarikan kesimpulan dengan mengidentifikasi pola, tema, dan kecenderungan yang muncul dari data untuk menjawab rumusan masalah penelitian.

Keabsahan data dijamin melalui teknik triangulasi sumber dengan membandingkan informasi antarpartisipan untuk memastikan konsistensi dan akurasi data (Suryani, 2018). Aspek etika penelitian turut diperhatikan, antara lain dengan memperoleh persetujuan partisipan secara sukarela (informed consent) dan menjaga kerahasiaan identitas mereka selama proses penelitian.

HASIL & PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini melibatkan lima remaja berusia 16–18 tahun yang pernah mengalami bullying, baik secara verbal maupun sosial. Subjek terdiri atas dua remaja laki-laki dan tiga remaja perempuan yang berdomisili di wilayah Yogyakarta. Berdasarkan hasil wawancara mendalam, seluruh subjek menunjukkan pengalaman psikologis yang bersifat traumatis akibat perlakuan bullying yang mereka terima, seperti ejekan,

pengucilan, hingga penyebaran fitnah oleh teman sebaya. Dampak psikologis yang paling dominan meliputi menurunnya kepercayaan diri, munculnya rasa takut berlebihan, kecemasan dalam hubungan sosial, serta kecenderungan menghindari lingkungan pergaulan.

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa pengalaman bullying memberikan pengaruh langsung terhadap terbentuknya trust issue pada seluruh subjek. Para remaja korban bullying menunjukkan rasa tidak aman dalam menjalin hubungan interpersonal dan memperlihatkan sikap waspada berlebihan terhadap orang lain. Beberapa subjek mengungkapkan ketakutan untuk membuka diri, kesulitan mempercayai niat baik orang lain, serta kekhawatiran berulang bahwa mereka akan kembali mengalami perlakuan negatif. Temuan ini mengindikasikan adanya trauma sosial yang membekas dan memengaruhi perkembangan psikologis mereka dalam jangka panjang.

Gejala yang muncul umumnya berupa rasa takut, kecemasan sosial, kesulitan bergaul, serta kecenderungan menarik diri. Hal tersebut terlihat dalam pernyataan subjek MA:

"Saya jadi susah percaya sama orang, takut nanti mereka ngomongin saya lagi kayak dulu."

Pernyataan serupa juga disampaikan subjek NUW:

"Kalau ada orang baru yang baik sama saya, saya malah curiga, takut cuma pura-pura."

Kutipan tersebut menunjukkan adanya kewaspadaan berlebihan serta penurunan kemampuan mempercayai orang lain sebagai akibat langsung dari pengalaman traumatis.

Tabel.1 Ringkasan Hasil Wawancara

Subjek	Jenis Bullying	Dampak yang Dirasakan	Ciri Trust Issue yang Muncul
DC	Verbal dan sosial	Trauma, menutup diri, kehilangan kepercayaan diri	Sulit mempercayai orang lain
MA	Verbal	Rasa takut, menarik diri dari lingkungan	Waspada berlebihan terhadap orang baru
NUW	Verbal	Kecewa, mudah curiga, sulit berkomunikasi	Takut dikhianati
TGAP	Sosial	Rasa malu, kehilangan teman, minder	Menghindari interaksi sosial
HF	Verbal	Gugup, takut, rendah diri	Curiga terhadap orang di sekitar

Sumber: Data primer hasil wawancara, 2025.

Selain itu, dua dari lima subjek (MA dan NUW) menunjukkan adanya upaya pemulihan diri setelah memperoleh dukungan sosial dari orang tua maupun teman dekat. Mereka mulai berani kembali menjalin interaksi sosial meskipun masih disertai rasa takut dan kewaspadaan. Hal ini mengisyaratkan bahwa dukungan emosional dari lingkungan terdekat dapat berperan sebagai faktor protektif dalam mengurangi trust issue pada remaja korban bullying.

PEMBAHASAN

Temuan penelitian ini sejalan dengan pendapat Hardianti et al. (2025) yang menyatakan bahwa trust issue dapat muncul sebagai respons terhadap pengalaman traumatis di masa lalu yang membentuk persepsi negatif individu terhadap lingkungan sosialnya. Dalam konteks penelitian ini, bullying menjadi sumber utama trauma yang menurunkan rasa aman subjek, sehingga memunculkan kecenderungan

menarik diri dan membangun batas psikologis sebagai mekanisme perlindungan diri. Kejadian bullying yang terjadi secara berulang, terutama dalam bentuk merendahkan dan menyakitkan secara emosional, memperkuat ketidakpercayaan subjek terhadap orang lain.

Di sisi lain, temuan penelitian juga menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam proses pemulihan korban bullying. Dua dari lima subjek, yakni MA dan NUW, menunjukkan perubahan positif setelah memperoleh dukungan emosional dari keluarga dan teman dekat. Kehadiran figur yang dipercaya memberikan rasa aman bagi subjek sehingga mereka berani kembali menjalin interaksi sosial. Temuan ini menegaskan bahwa trust issue bersifat dinamis dan dapat berkurang apabila korban berada dalam lingkungan yang suportif, empatik, dan responsif terhadap kebutuhan emosionalnya.

Hasil penelitian ini memperkuat temuan Febriana dan Rahmasari (2021) yang menyatakan bahwa korban bullying sering mengalami hambatan dalam relasi sosial akibat berkurangnya rasa percaya terhadap orang lain. Selain itu, temuan penelitian ini juga konsisten dengan Azzahra et al. (2019), yang menemukan bahwa kecemasan sosial merupakan salah satu dampak utama bullying yang berkontribusi terhadap munculnya trust issue. Individu yang mengalami kecemasan sosial cenderung lebih tertutup, defensif, serta menunjukkan kesulitan dalam membangun relasi interpersonal yang mendalam.

Penelitian ini juga mengonfirmasi bahwa individu dengan trust issue cenderung menjaga jarak emosional dan menghindari kedekatan interpersonal sebagai bentuk proteksi diri terhadap kemungkinan disakiti kembali. Namun demikian, berbeda dengan beberapa penelitian sebelumnya, hasil penelitian ini

menemukan bahwa pengalaman positif dalam relasi sosial dapat berfungsi sebagai faktor protektif sekaligus faktor pemulihan. Dukungan keluarga, penerimaan emosional, dan interaksi interpersonal yang sehat terbukti membantu korban membangun kembali kepercayaan terhadap orang lain secara bertahap.

Berdasarkan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa trust issue pada remaja korban bullying merupakan respons psikologis yang ditandai dengan rasa curiga, kecemasan, dan kecenderungan menarik diri dari interaksi sosial. Namun, kondisi ini tidak bersifat permanen. Pemulihan dapat terjadi melalui dukungan sosial, penguatan konsep diri, serta hubungan interpersonal yang sehat. Oleh karena itu, intervensi psikologis dari guru bimbingan dan konseling, lingkungan keluarga, dan sekolah menjadi sangat penting untuk membantu remaja korban bullying pulih dari trauma dan mengembangkan kembali rasa percaya dalam relasi sosial.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa pengalaman bullying memberikan dampak signifikan terhadap munculnya trust issue pada remaja. Korban bullying menunjukkan berbagai respons psikologis, seperti rasa takut berlebihan, kecemasan sosial, penarikan diri dari lingkungan pergaulan, serta kesulitan mempercayai orang lain. Dampak tersebut merupakan konsekuensi dari pengalaman traumatis yang membentuk persepsi negatif terhadap hubungan interpersonal dan lingkungan sosial.

Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap terbentuknya trust issue meliputi pengalaman masa lalu yang menyakitkan, rasa tidak aman dalam interaksi sosial, dan rendahnya kepercayaan diri.

Namun, penelitian ini juga menunjukkan bahwa trust issue bukan kondisi yang bersifat permanen. Dukungan sosial dari keluarga serta lingkungan terdekat terbukti memiliki peran penting dalam membantu remaja memulihkan rasa percaya secara bertahap dan kembali membangun relasi sosial yang sehat.

Implikasi penelitian ini menegaskan pentingnya peran sekolah, khususnya guru bimbingan dan konseling, dalam memberikan layanan pendampingan psikologis bagi siswa korban bullying. Sekolah diharapkan mampu menyediakan layanan konseling berkelanjutan dan menciptakan lingkungan yang aman serta suportif untuk menunjang kesejahteraan psikologis siswa. Keluarga juga berperan penting dengan membangun komunikasi yang terbuka dan memberikan dukungan emosional yang konsisten. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan jumlah partisipan yang lebih besar dan menggunakan pendekatan metodologis yang lebih beragam agar hasil yang diperoleh lebih komprehensif dan representatif.

REFERENSI

- Aini, K., & Wulan, N. (2023). Pengalaman trauma masa kecil dan eksplorasi *inner child* pada mahasiswa keperawatan STIKES Kuningan: Studi fenomenologi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada*, 14(1).
<https://doi.org/10.34305/jikbh.v14i01.684>
- Apriyanti, H., Hartini, & Sumarto (2024). Asesmen terhadap pelayanan BK dalam penanggulangan kasus bullying di Madrasah Aliyah. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(3).
<https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i3.6825>
- Azzahra, A., & Haq, A. L. A. (2019). Intensi pelaku perundungan (bullying): Studi fenomenologi pada pelaku perundungan di sekolah. *Psycho Idea*, 17(1), 67.
<https://doi.org/10.30595/psychoidea.v17i1.3849>
- Busyra, N. Z. (2019). Penerapan konseling direktif untuk meningkatkan kepercayaan diri pada korban bullying di SDN Kenari Jakarta. *INQUIRY: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(2).
<https://doi.org/10.51353/inquiry.v9i2.217>
- Dianita, R., Sari, S. W., & Juliantina. (2022). Pengaruh Kepercayaan (Trust) terhadap Konflik Interpersonal di Kalangan Siswa. *Serunai: Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 8(1).
<https://doi.org/10.37755/sjip.v8i1.607>
- Fadli, M. R. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif. *Humanika: Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum*, 21(1), 33–54.
<https://doi.org/10.21831/hum.v21i1.38075>
- Febriana, & Rahmasari. (2021). Gambaran penerimaan diri korban bullying. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5), 1–15.
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41313>
- Hardianti, S., Sulistyowati, M., Firmansyah, M. W., & Min, Y. P. (2025). Dampak bullying pada kesehatan mental remaja: Literature review. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 14(2), 120–131.
<https://doi.org/10.33221/jikm.v14i02.3462>
- Nabilah, M. (2023). Kasus perundungan sekolah paling banyak terjadi di SD dan SMP hingga Agustus 2023. *Databoks Katadata*.
<https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/08/07/kasus-perundungan-sekolah->

[paling-banyak-terjadi-di-sd-dan-smp-hingga-agustus-2023](#)

- Rachmawati, D. (2024). Bullying dan dampak jangka panjang: koneksi dengan kesehatan mental dan relasi sosial. *JOIES: Journal of Islamic Education Studies*, 9(1), 83–104.
<https://doi.org/10.15642/joies.2024.9.1.83-104>
- Rienneke, T. C., & Setianingrum, M. E. (2018). Hubungan antara *forgiveness* dengan kebahagiaan pada remaja yang tinggal di panti asuhan. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 7(1).
<https://doi.org/10.30996/persona.v7i1.1339>
- Suryani, E. (2018). Etika penelitian kualitatif dalam bidang pendidikan. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 3(10), 1312–1318.
<https://doi.org/10.17977/jptpp.v3i10.11583>
- Triana Sartika, N. N. D., & Bajirani, M. P. D. (2025). Dampak Psikologis pada Remaja Korban Bullying: Sebuah Kajian Literatur. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 7(2).
<https://doi.org/10.31004/jrpp.v7i2.27633>
- Lestari, E. T., & Pasilaputra, D. (2024). Studi Kasus Tentang Akibat Dari Bullying Yang Dilakukan Oleh Konseli Di SMK Negeri 1 Ampek Angkek. *Jurnal Pendidikan Dan Keguruan*, 2(3), 515–523.