

Proses Komunikasi Keterbukaan Diri Korban *Bullying*

Jessica Riantifanny*

Prodi Ilmu Hubungan Masyarakat, Fakultas Ilmu Komunikasi,
Universitas Islam Bandung, Indonesia.

*jessicarianty@gmail.com

Abstract. One of the cases of violence that never ends and the number of cases continues to increase is bullying. Basically, bullying is done repeatedly by the perpetrator until the victim feels physically and psychologically intimidated. As of February 2020, 2,473 cases of bullying have been recorded that have been reported to KPAI. One of the bad effects of bullying on victims is the psychological or mental impact of the victim. Those who experience bullying victims tend to close themselves. One way that they can open up is by communicating with the right people. Rangkoel Care is one of the foundations engaged in mental health and is quite professional in responding to victims of mental disorders, including victims of bullying, by communicating with Rangkoel Care, victims of bullying have a strong possibility to reopen themselves. The purpose of this study was to find out about experiences, motives and meanings when carrying out the communication process carried out by bullying victims with Rangkoel Care. Then, this study was compiled using a qualitative method with a phenomenological approach because researchers can find out more about the experiences of bullying victims during the self-disclosure communication process with the Rangkoel Care foundation. The results of the study show that (1) the experience of the victim when carrying out the communication process of self-disclosure is in accordance with Adler and Rodman's theory in which the stages of self-disclosure are clichés, facts, opinions, and feelings. (2) the meaning of conducting a self-disclosure process for victims of bullying equally interprets it as a positive thing and is considered important to do. (3) the motives of the victims of bullying in carrying out the communication process of self-disclosure, namely they do it purely from within and the desire of themselves.

Keywords: *Communication, Self Disclosure, Bullying.*

Abstrak. Salah satu kasus kekerasan yang tidak pernah usai bahkan terus meningkat jumlah kasusnya hingga saat ini adalah kasus bullying. Pada dasarnya bullying dilakukan secara berulang-ulang oleh pelaku hingga korban merasa terintimidasi secara fisik dan psikologis. Hingga Februari 2020 sudah tercatat 2.473 kasus bullying yang dilaporkan pada KPAI. Dampak buruk dari bullying pada korban salah satunya pada psikologis atau mental korban. Mereka yang mengalami korban bullying cenderung akan menutup dirinya. Salah satu cara agar mereka dapat membuka diri yaitu dengan melakukan proses komunikasi dengan orang yang tepat. Rangkoel Care merupakan salah satu yayasan yang bergerak di bidang kesehatan mental dan cukup profesional dalam menanggapi korban yang mengalami gangguan mental termasuk korban bullying, dengan melakukan komunikasi bersama Rangkoel Care korban bullying besar kemungkinannya untuk membuka dirinya kembali. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang pengalaman, motif dan makna ketika melakukan proses komunikasi yang dilakukan korban bullying dengan Rangkoel Care. Kemudian, penelitian ini disusun menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi karena peneliti dapat mengetahui lebih dalam perihal pengalaman korban bullying selama melakukan proses komunikasi keterbukaan diri dengan yayasan Rangkoel Care. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) pengalaman korban saat melaksanakan proses komunikasi keterbukaan diri sesuai dengan teori Adler dan Rodman yang di mana tahapan keterbukaan diri yaitu klise, fakta, opini, dan perasaan. (2) makna melakukan proses keterbukaan diri bagi korban bullying sama-sama memaknainya sebagai suatu hal yang positif dan dianggap penting untuk dilakukan. (3) motif korban bullying dalam melakukan proses komunikasi keterbukaan diri yaitu mereka melakukannya pure berasal dari dalam diri dan keinginan dari diri sendiri.

Kata Kunci: *Komunikasi, Keterbukaan Diri, Bullying.*

A. Pendahuluan

Kekerasan bukanlah hal yang asing di masyarakat, mulai dari kekerasan verbal maupun non verbal. Tindakan kekerasan tersebut juga kerap kali terjadi pada anak-anak hingga orang dewasa. Salah satu kasus kekerasan yang tidak pernah usai bahkan terus meningkat jumlah kasusnya hingga saat ini adalah kasus *bullying*. *Bullying* dapat terjadi baik penyerangan atau kekerasan secara fisik maupun psikologis terhadap seseorang atau sekelompok orang yang lebih “lemah”. Orang yang melakukan tindakan *bullying* yang biasa disebut *bully* bisa jadi seseorang, atau bisa juga sekelompok orang yang mempersepsikan dirinya sebagai orang yang memiliki *power* (kekuasaan) untuk melakukan apa saja terhadap korbannya. Pada akhirnya korban juga mempersepsikan dirinya sebagai pihak yang lemah, tidak berdaya dan selalu merasa terancam oleh *bully* (Zakiah, dkk, 2017: 326). Tindakan yang kerap terjadi pada kasus *bullying* ini adalah sebuah tindakan mengancam, memukul, mengejek, mencela dan merampas korban.

Dari tindakan *bullying* tersebut dapat terjadi beberapa dampak buruk pada korbannya, seperti:

1. Depresi dan kecemasan. Gangguan depresi dan kecemasan biasanya akan dialami oleh korban *bullying*.
2. Keluhan kesehatan. Akibat dari perlakuan kasar yang diterima oleh korban dapat menyebabkan depresi bahkan membuat dirinya tidak berminat melakukan hal apapun.
3. Prestasi akademik menurun. Setelah apa yang sudah diterima oleh korban *bullying* seperti perlakuan kasar baik secara lisan maupun *non* lisan akan mengakibatkan hilangnya semangat belajar.

Salah satu cara untuk kita untuk dapat melewati dampak buruk akibat tindakan *bullying* yang dialami adalah dengan melakukan keterbukaan diri, baik itu kepada keluarga, sahabat, komunitas, ataupun orang-orang yang dipercaya lainnya. Namun untuk mencapai keterbukaan diri diperlukan proses atau tahapan terlebih dahulu, karena seseorang terutama korban *bullying* tidak semata-mata langsung membuka diri, terlebih mengenai pengalaman pahitnya di masa lalu, ia akan lebih berhati-hati dan mempertimbangkan kepada siapa ia berbicara. Salah satu sarana atau tempat untuk kita dapat melakukan keterbukaan diri adalah di Yayasan “Rangkoel Care”, yayasan ini merupakan yayasan asal Bandung yang dibentuk pada tahun 2020, yayasan ini bergerak di bidang sosial dan berfokus pada kesehatan mental. Melalui Rangkoel Care diharapkan orang-orang yang membutuhkan penanganan mental atau hanya sekedar berbagi cerita akan merasa didengar oleh orang yang tepat agar mereka tidak hanya memendam perasaannya sendiri dan merasa memiliki teman yang mengerti akan hal yang mereka pernah atau bahkan yang sedang mereka alami. Jika mereka merasa hal demikian, maka akan muncul keterbukaan diri yang mendalam antara korban dengan orang di Rangkoel Care. Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Proses Komunikasi Keterbukaan Diri Korban *Bullying*”.

B. Metodologi Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Dengan menggunakan kualitatif dengan pendekatan studi fenomenologi, Orleans (dalam Wirawan, 2012: 139) peneliti dapat mengkaji memahami, mempelajari fenomena, atau pun segala hal yang berkaitan dengan pengalaman subjek, bagaimana subjek memaknai pengalaman tersebut. Dengan menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi memiliki maksud untuk mengetahui lebih dalam perihal pengalaman korban *bullying* selama melakukan proses komunikasi keterbukaan diri dengan yayasan Rangkoel Care.

Teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan observasi, wawancara, dan sumber tertulis. Untuk teknik analisis data yang digunakan yaitu melalui reduksi data, penyajian data, dan kesimpulan atau verifikasi.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pengalaman Subjek Melakukan Proses Komunikasi Keterbukaan Diri di Yayasan Rangkoel Care.

Untuk mencapai atau keterbukaan diri, sejatinya tidak dilakukan dengan begitu saja, melainkan terdapat proses atau tahapan-tahapan yang dilalui oleh setiap orang, tahapan ini tentu dilalui pula oleh korban *bullying* di Yayasan Rangkoel Care, terlebih untuk melakukan keterbukaan diri mengenai pengalamannya yang bersifat privasi dan sensitif, maka korban *bullying* akan lebih mempertimbangkan kepada siapa ia berbicara.

Tahapan awal yang dilalui adalah dilakukannya basa-basi sebagai intro yaitu melakukan perkenalan pada umumnya, tahapan ini dilakukan oleh ketiga informan sebagai bentuk kesopanan, lalu berlanjut ke tahap yang lebih dalam. Tahapan ini kemudian sejalan dengan tahapan-tahapan dari *self disclosure* menurut Adler dan Rodman (dalam Tania, 2016: 3-4), dimana terdapat tahap yang dimulai dengan basa-basi yaitu Klise (*Cliches*), tahap kedua yaitu Fakta (*Facts*) dimana pada tahapan ini ketiga informan memiliki keyakinan bahwa didalam Yayasan Rangkoel Care merupakan orang-orang yang dapat dipercaya untuk mereka mengungkapkan cerita yang selalu dipendam, lalu tahap ketiga yaitu tahap Opini (*Opinion*) pada tahapan ini ketiga informan tidak malu untuk mengungkapkan bahwa mereka merupakan korban *bullying* dan dengan mengungkapkan hal yang mereka alami tersebut mereka akan merasa tenang dan ada yang mendengar, dan yang terakhir adalah tahap Perasaan (*Feeling*), pada tahap ini ketiga informan benar-benar terbuka dan jujur terkait dengan pengalamannya ketika dibully. Dalam hal ini ketiga informan menyatakan bahwa dirinya bisa dengan leluasa membuka diri kepada anggota lain di Yayasan Rangkoel Care.

Makna Proses Komunikasi Keterbukaan Diri bagi Korban *Bullying* di Yayasan Rangkoel Care.

Proses komunikasi keterbukaan diri yang dijalani oleh ketiga informan kemudian berdampak positif bagi ketiganya, karena hal tersebut maka keterbukaan diri memiliki makna yang berarti bagi ketiga informan, ketiganya menyebutkan keterbukaan diri merupakan suatu hal penting yang mengarahkan pada tujuan yang positif, hal ini sejalan dengan pendapat Jourard & Lasakow (dalam Gainau, 2019: 64) bahwa mengungkapkan diri sendiri adalah hal yang positif dan diinginkan.

Pernyataan dari Sherly dan Indriani sejalan dengan Devito (dalam Arnus, 2016: 10) yang mengatakan bahwa salah satu fungsi keterbukaan diri adalah pelepasan energi, apabila kita menyimpan suatu masalah, dengan melakukan keterbukaan diri, energi yang digunakan untuk menyimpan rahasia tersebut, dapat dipergunakan untuk hal-hal yang mendatangkan manfaat. Dalam hal ini, manfaat yang ditunjukkan adalah bahwa keterbukaan diri sebagai pembelajaran hidup untuk berdamai dengan masa lalu dan sebagai *healing*, *healing* disini berarti pemulihan diri.

Selanjutnya Risman memaknai keterbukaan diri sebagai suatu jalan untuk menemukan suatu kebaikan baru dari sisi yang belum kita ketahui. Baginya dengan melakukan keterbukaan diri ia dapat mengetahui suatu hal baru yang ada dalam dirinya. Dengan begitu ia bisa lebih mengenal diri sendiri sebelum mengenal lebih mendalam dengan orang lain. Hal tersebut kemudian sejalan dengan salah satu manfaat dari keterbukaan diri menurut Gainau (dalam Karyanti, 2018: 21), yaitu mengenal diri sendiri, manfaat ini menjelaskan bahwa seseorang dapat lebih mengenal diri sendiri melalui keterbukaan diri, karena dengan mengungkapkan dirinya akan diperoleh gambaran baru tentang dirinya, dan lebih mengerti perilakunya.

Motif Korban Melakukan Proses Komunikasi Keterbukaan Diri di Yayasan Rangkoel Care

Setiap individu pada dasarnya memiliki suatu tujuan atau dorongan untuk melakukan sesuatu, tujuan tersebut bisa jadi berbeda namun bisa juga sama, termasuk tujuan yang melatarbelakangi korban *bullying* untuk melakukan proses komunikasi keterbukaan diri di Yayasan Rangkoel Care. Melalui wawancara dengan tiga informan, peneliti menyimpulkan bahwa ketiganya hampir memiliki motif yang sama. Salah satu aspek dari keterbukaan diri menurut Altman & Taylor (dalam Karyanti, 2018: 20) adalah adanya motivasi, motivasi ini berkaitan dengan apa

yang menjadi dorongan seseorang untuk mengungkapkan dirinya kepada orang lain. Dorongan tersebut berasal dari dalam diri maupun dari luar. Dorongan dari dalam berkaitan dengan apa yang menjadi keinginan atau tujuan seseorang melakukan keterbukaan diri. Sedangkan dari luar, dipengaruhi lingkungan keluarga, sekolah, dan pekerjaan.

Dalam penelitian ini, didapatkan hasil bahwa motif korban *bullying* melakukan proses komunikasi keterbukaan diri berasal dari dalam diri, yaitu adanya keinginan dari dalam diri ketiga informan untuk mengurangi beban hidupnya. Melalui wawancara dengan ketiga informan, ketiganya memiliki kesesuaian dengan fungsi keterbukaan diri menurut Derlega dan Grzelak (dalam Sari, 2016: 20-21) yaitu fungsi ekspresi dan keabsahan sosial, ekspresi yang dimaksud disini adalah ketiga informan merasa senang dan lega karena bisa meluapkan dan menyalurkan perasaannya yang selama ini dipendam sendiri, selain itu karena keterbukaan diri yang dilakukan tersebut akhirnya membuat para informan lebih berani lagi untuk menceritakan pengalamannya di media sosial maupun kepada orang lain. Sedangkan keabsahan sosial yang dimaksud adalah bahwa ketiga informan merasa jauh lebih tenang apalagi dengan adanya tanggapan atau solusi dari anggota lainnya.

Jika dikaitkan dengan teori keterbukaan diri, di Yayasan Rangkoel *Care* antara korban dan pihak Rangkoel dapat saling membuka diri satu sama lain. Keterbukaan diri yang dilakukan di yayasan Rangkoel *Care* ini dapat dikatakan sebagai syarat bagi diri informan untuk bisa merasa lebih baik dan lebih lega. Dalam hal ini para korban di Yayasan Rangkoel *Care* saling membuka diri mengenai pengalaman di masa lalunya. Keterbukaan diri sendiri merupakan kegiatan pengungkapan diri kepada orang lain yang seringkali disembunyikan, baik itu bersifat pribadi seperti perasaan, pemikiran, ataupun hal-hal yang bersifat umum sehingga dapat terjalinnya hubungan yang baik diantara komunikator dan komunikan. dalam Yayasan Rangkoel *Care*, korban *bullying* dapat menyampaikan informasi yang bersifat pribadi dan seringkali disembunyikan, yaitu mengenai pengalaman pribadinya di masa lalu saat dibully, dimana pengalaman ini seringkali hanya disimpan sendiri, berdasarkan wawancara dengan ketiga informan keterbukaan diri tersebut dilakukan dengan tujuan untuk mengurangi beban dalam hidupnya.

D. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut:

1. Dalam mencapai keterbukaan diri, sejatinya tidak dilakukan dengan begitu saja, melainkan terdapat proses atau tahapan-tahapan yang dilalui oleh setiap orang, tahapan tersebut tentu dilalui pula oleh korban *bullying* di Yayasan Rangkoel *Care*, terlebih untuk melakukan keterbukaan diri mengenai pengalamannya yang bersifat privasi dan sensitif, maka korban *bullying* akan lebih mempertimbangkan kepada siapa ia berbicara. Dalam hal ini didapatkan hasil bahwa ketiga informan memiliki proses atau tahapan yang hampir sama ketika melakukan keterbukaan diri dengan anggota lain yang berada di Yayasan Rangkoel *Care*, yaitu terdapat tahapan klise (*cliches*), tahap kedua yaitu fakta (*facts*), lalu tahap ketiga yaitu tahap opini (*opinion*), dan yang terakhir adalah tahap perasaan (*feeling*). Selain itu, pengalaman ketiga informan setelah melakukan proses komunikasi keterbukaan diri tersebut adalah bahwa ketiga informan merasa senang dan jauh lebih lega.
2. Proses komunikasi keterbukaan diri yang dilakukan kemudian menjadi berarti bagi ketiga informan, ketiganya menyebutkan bahwa keterbukaan diri merupakan suatu hal penting yang mengarahkan pada tujuan yang positif. Selain itu, dalam memaknainya, dua informan hampir memiliki kesamaan, sedangkan satu informan berbeda, makna pertama adalah sebagai jalan untuk berkomunikasi dengan orang lain, makna kedua adalah proses komunikasi keterbukaan diri merupakan hal yang membuat bebas berekspresi tanpa takut dengan pendapat negatif dari orang-orang yang mendengarnya dan makna yang ketiga proses komunikasi keterbukaan diri sebagai kemampuan untuk mengetahui kebutuhan diri sendiri dan mengenal diri sendiri.
3. Motivasi merupakan salah satu aspek dalam melakukan keterbukaan diri, dalam hal ini

peneliti menemukan bahwa motif yang seringkali diutarakan adalah berasal dari dalam diri, yaitu adanya keinginan dari dalam diri ketiga informan untuk meringankan beban hidupnya.

Daftar Pustaka

- [1] Arnus, Sri Hadijah, 2016. “Self Disclosure di Media Sosial pada Mahasiswa IAIN Kendari (Suatu Kajian Psikologi Komunikasi Pada Pengguna Media Sosial)”. *Al-Izzah: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian*: Vol 11 No 2.
- [2] Gainau, Maryam B. 2019. “Self-Disclosure Effect on Cultural Context of Papuan Teenagers”. *International Journal of Social Sciences and Humanities*: Vol 3 No 2.
- [3] Karyanti. 2018. *Dance Counseling*. Yogyakarta: Deepublish.
- [4] Sari, Tantika Ratna. 2016. *Self Disclosure Remaja Korban Cyberbullying*. Skripsi. Departemen Ilmu Komunikasi Universitas Sumatera Utara.
- [5] Tania, Yohanna. 2016. *Self Disclosure Anak yang Pindah Agama kepada Orang Tua*. *Jurnal E-Komunikasi*: Vol 4 No 1.
- [6] Wirawan, I.B. 2012. *Teori-teori Sosial Dalam Tiga Paradigma (Fakta Sosial, Definisi Sosial, dan Perilaku Sosial)*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- [7] Zakiyah, Ela Zain, dkk. 2017. *Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying*. *Jurnal Penelitian & PPM*: Vol 4 No 2.
- [8] Soenar, Hainun Mardhiyyah. 2021. *Analisis Jaringan Komunikasi dan Eksistensi dalam Komunitas X Kota Bandung*. *Jurnal Riset Public Relation Universitas Islam Bandung*. Volume 1, nomor 2, Tahun 2021.