

Pengaruh Bullying Terhadap Loneliness pada Remaja: Meta-Analysis

Fitriah¹, Bhisma Murti², Didik Gunawan Tamtomo²

¹ STIKes Yarsi Pontianak, Pontianak

² Universitas Sebelas Maret, Surakarta

ABSTRACT

Background of Study: Bullying is a complex, multidimensional phenomenon characterized by repeated aggressive behavior intended to harm or disturb individuals who find it difficult to defend themselves. It has been widely documented that bullying significantly impacts victims' mental and emotional health, often leading to profound feelings of loneliness. This meta-analysis aimed to quantify the relationship between bullying and loneliness among adolescents across various countries and evaluate the potential for publication bias in existing research.

Methods: A Meta-analysis was conducted on five studies selected based on specific inclusion criteria, including observational design and full-text availability. Data were analyzed using RevMan software, applying a random-effects model due to substantial heterogeneity among the studies ($I^2 = 89\%$). The primary outcome measured was the adjusted odds ratio (aOR) for the association between bullying and loneliness.

Results: The meta-analysis revealed that bullying significantly increases the risk of loneliness among adolescents, with an adjusted odds ratio of 1.92 (95% CI = 1.49 to 2.49, $p < 0.001$). However, the funnel plot indicated potential publication bias, suggesting that the relationship between bullying and loneliness may be overestimated.

Conclusion: These findings highlight the profound impact of bullying on adolescent loneliness and emphasize the importance of comprehensive reporting in research to reduce publication bias. A clearer understanding of this relationship will inform more effective strategies to mitigate the negative mental health outcomes associated with bullying.

Keywords: Bullying; Loneliness; Adolescents; Meta-analysis; Publication Bias.

Korespondensi: Fitriah, STIKes Yarsi Pontianak, Jl. Panglima A'im No.01, Kec. Pontianak Timur, Kota Pontianak, Provinsi Kalimantan Barat, Indonesia, 082350701936, e-mail: fitriahbaharuddin@gmail.com.

PENDAHULUAN

Bullying merupakan fenomena yang kompleks dan multidimensional, yang melibatkan perilaku agresif berulang dengan tujuan menyakiti atau mengganggu individu lain yang memiliki kesulitan dalam mempertahankan diri mereka (Matthews, dkk., 2018). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa bullying memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan mental dan emosional korban, termasuk munculnya perasaan *loneliness* yang mendalam (Bollestad, Amland dan Olsen, 2022). *Loneliness* ini seringkali terjadi sebagai akibat langsung dari pengalaman bullying, dimana individu yang menjadi korban merasa terasing dan tidak mendapatkan dukungan sosial yang memadai (Aboagye, dkk., 2021). *Loneliness* dalam konteks ini dipahami sebagai hasil dari interaksi negatif yang terjadi dalam hubungan sosial, yang sering diperburuk oleh pengalaman bullying (Brunes, Hansen dan Heir, 2019).

Salah satu masalah utama yang menjadi fokus penelitian ini adalah hubungan antara pengalaman bullying dan peningkatan perasaan *loneliness* pada remaja. Studi-studi di berbagai negara telah mengidentifikasi bahwa remaja yang merasa *loneliness* cenderung lebih rentan menjadi korban bullying dibandingkan rekan-rekan mereka yang tidak merasakan *loneliness* (Eid, dkk., 2023). Hal ini menunjukkan adanya keterkaitan kuat antara *loneliness* dan pengalaman bullying, di mana individu yang terisolasi secara sosial lebih mudah menjadi target perilaku agresif dari teman sebaya mereka (Hosozawa, dkk., 2022).

Untuk mengatasi masalah ini, solusi umum yang telah diusulkan adalah dengan meningkatkan dukungan sosial bagi remaja. Pendekatan ini termasuk dalam bentuk intervensi yang dirancang untuk memperkuat keterampilan sosial serta membangun jaringan dukungan sosial yang kuat, yang diharapkan dapat mengurangi dampak negatif dari *bullying* dan *loneliness* yang dialami oleh korban (Matthews, dkk., 2020).

Penelitian lebih lanjut menunjukkan bahwa pengalaman *bullying* di usia dini dapat menjadi prediktor *loneliness* di masa dewasa, yang menekankan pentingnya intervensi dini untuk mencegah dampak jangka panjang dari *bullying* (Wigham, 2023). Selain itu, dalam konteks kerja, penelitian telah menemukan bahwa *bullying* di tempat kerja dapat memperburuk perasaan *loneliness*, terutama dalam situasi kerja jarak jauh, yang menunjukkan bahwa *bullying* tidak terbatas pada lingkungan sekolah, tetapi juga dapat terjadi di tempat kerja dengan dampak yang serupa terhadap kesehatan mental (Wu, 2024).

Penelitian ini juga menggarisbawahi pentingnya intervensi yang holistik dalam mengatasi *loneliness* yang dialami oleh korban *bullying*. Selain meningkatkan jumlah kontak sosial, intervensi yang efektif sering kali melibatkan pendekatan yang lebih mendalam, seperti terapi kognitif untuk mengatasi pola pikir yang destruktif dan membantu korban membangun kembali rasa percaya diri dan keterampilan sosial mereka (Cheah, 2024).

Meskipun banyak penelitian telah dilakukan, masih terdapat celah dalam memahami bagaimana faktor-faktor seperti perbedaan konteks budaya dan jenis kelamin mempengaruhi hubungan antara *bullying* dan *loneliness*. Studi-studi yang ada sebagian besar fokus pada populasi tertentu, sehingga dibutuhkan penelitian lebih lanjut yang mencakup populasi yang lebih beragam untuk memahami dampak *bullying* secara lebih komprehensif (Eid, dkk., 2023).

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengaruh antara *bullying* dan *loneliness* di kalangan remaja, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang dapat mengurangi dampak negatif dari *bullying*. Kebaruan dari penelitian ini terletak pada pendekatannya yang menggabungkan analisis lintas budaya dan mempertimbangkan faktor-faktor jangka panjang yang mempengaruhi hubungan antara *bullying* dan *loneliness*. Studi ini akan mencakup analisis data dari berbagai negara dan budaya, yang diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih komprehensif dan relevan dalam konteks global.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan studi meta-analisis yang bertujuan untuk mengevaluasi hubungan antara *bullying* dan perasaan kesepian (*loneliness*) pada remaja. Pendekatan yang digunakan mengacu pada kerangka PICO, di mana populasi yang dikaji adalah remaja, intervensinya berupa *bullying*, perbandingan dilakukan dengan kelompok non-*bullying*, dan luaran yang diamati adalah tingkat kesepian.

Artikel yang dianalisis diperoleh dari beberapa basis data elektronik terkemuka, yaitu PubMed, *Science Direct*, dan *Clinical Key*, dengan rentang tahun publikasi antara 2010 hingga 2020. Proses pencarian literatur dilakukan menggunakan kombinasi kata kunci seperti "*bullying and loneliness*", "*bullying and loneliness and adolescent and cross-sectional study*", serta "*bullying and loneliness and adolescent and cross-sectional study and adjusted odds ratio*". Kriteria inklusi mencakup artikel berbahasa Inggris yang menggunakan desain studi observasional, berfokus pada populasi remaja, dan menyajikan hasil analisis multivariat dengan ukuran efek berupa *adjusted odds ratio* (aOR).

Seluruh proses analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak *Review Manager* (RevMan), dengan pendekatan model efek acak untuk menghitung ukuran efek dan menguji heterogenitas antar studi. *Forest plot* digunakan untuk menggambarkan hasil meta-analisis

secara visual, sementara *funnel plot* digunakan untuk mengevaluasi potensi bias publikasi. Besaran efek *bullying* terhadap *loneliness* diukur melalui *adjusted odds ratio* (aOR) dengan interval kepercayaan 95%, dan nilai $p < 0,001$ dianggap sebagai ambang batas signifikansi statistik (Sabrina, dkk., 2022).

HASIL

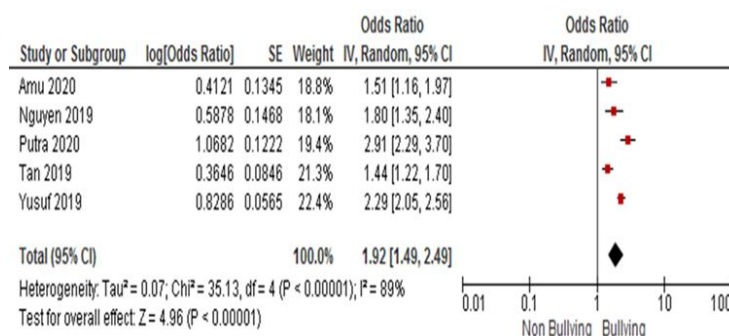
Berikut disajikan hasil analisis penelitian mengenai pengaruh *bullying* terhadap *loneliness* pada remaja.

Tabel 1. Ringkasan Artikel Pengaruh *Bullying* Terhadap *Loneliness*

Penulis (tahun)	Negara	Desain Study	Sampel	P Population	I Intervention	C Comparision	O Outcome
Amu, dkk (2020)	Tanzania	Cross-sectional menggunakan data dari GSHS 2017	2.449 siswa	Remaja sekolah di Tanzania	Pengalaman <i>bullying</i>	Tidak mengalami <i>bullying</i>	<i>Loneliness</i> dan kecemasan
Nguyen, dkk (2019)	Vietnam	Cross-sectional menggunakan data dari GSHS 2013	3.331 remaja sekolah	Remaja usia 11-16 tahun di sekolah menengah	Pengalaman <i>bullying</i>	Tidak mengalami <i>bullying</i>	<i>Loneliness</i> dan kecemasan
Tan, dkk (2019)	Malaysia	Cross-sectional dari survei nasional (National Health and Morbidity Survey 2017).	27.458 siswa sekolah menengah	Remaja sekolah berusia 13-17 tahun	Telah menjadi korban <i>bullying</i> dalam 30 hari terakhir	Siswa yang tidak mengalami <i>bullying</i> dalam 30 hari terakhir.	<i>Loneliness</i> , kecemasan, dan depresi
Putra dan Dendup, (2022)	Indonesia	Cross-sectional menggunakan data dari GSHS 2015	9.601 dari 75 sekolah di Indonesia	Remaja sekolah di Indonesia	Pengalaman <i>bullying</i> 30 hari terakhir	Tidak mengalami <i>bullying</i> dalam 30 hari terakhir	<i>Loneliness</i> dan kualitas hidup
Yusuf, dkk (2019)	Indonesia	Cross-sectional menggunakan data dari GSHS 2015	9.969 siswa	Siswa sekolah menengah berusia 11-18 tahun	Pengalaman perundungan dalam 30 hari terakhir	Siswa yang tidak mengalami perundungan dalam 30 hari terakhir.	Perasaan <i>loneliness</i> dan faktor terkait lainnya

Tabel 1 menunjukkan bahwa terdapat 5 artikel studi observasional *bullying* yang berpengaruh terhadap *loneliness* pada remaja.

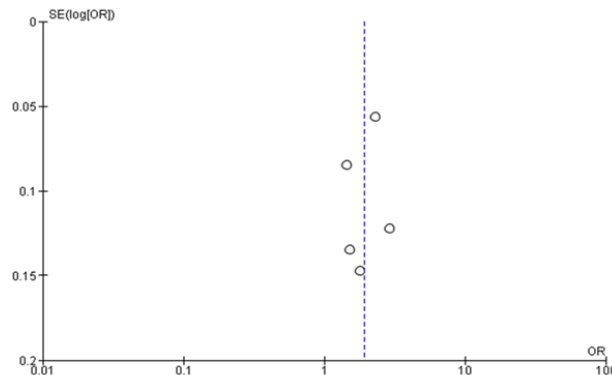
Forest Plot



Gambar 1. Forest Plot Pengaruh *Bullying* Terhadap *Loneliness*

Gambar 1 menunjukkan hasil *forest plot* pengaruh *bullying* terhadap *loneliness* pada remaja. Meta-analisis ini mencakup 5 studi dari berbagai negara, yang secara konsisten menunjukkan bahwa *bullying* meningkatkan risiko perasaan *loneliness* pada remaja dengan *adjusted odds ratio* (aOR) sebesar 1.92 (CI 95% = 1.49 hingga 2.49, $p < 0.001$), menegaskan hubungan yang signifikan antara *bullying* dan *loneliness* (kesepian).

Funnel Plot



Gambar 2. Funnel Plot Pengaruh Bullying Terhadap Loneliness

Gambar 2 menunjukkan bahwa ada bias publikasi yang ditandai dengan tidak simetrisnya plot kiri dan kanan yakni terdapat 3 plot di kiri dan ada 2 plot di kanan. Bias juga terjadi dari ketidak seimbangan jarak antar studi di sisi kiri.

PEMBAHASAN

Untuk mengetahui lebih dalam mengenai pengaruh antara *bullying* dan *loneliness* pada remaja, berikut dipaparkan hasil analisis dari beberapa penelitian yang telah dilakukan.

Pengaruh *Bullying* terhadap *Loneliness*

Meta-analisis ini mencakup lima studi dari berbagai negara, yang secara konsisten menunjukkan bahwa *bullying* secara signifikan meningkatkan risiko perasaan *loneliness* pada remaja. Berdasarkan analisis, *adjusted odds ratio* (aOR) yang diperoleh adalah sebesar 1.92 dengan interval kepercayaan 95% (CI 95%) antara 1.49 hingga 2.49 dan nilai $p < 0.001$, menunjukkan hubungan yang kuat antara *bullying* dan *loneliness*. Hal ini memperkuat temuan sebelumnya yang menyatakan bahwa korban *bullying* sering kali mengalami perasaan *loneliness* yang mendalam sebagai akibat langsung dari pengalaman tersebut (Duah, 2024).

Hasil dari meta-analisis ini sejalan dengan literatur yang ada, yang menunjukkan bahwa *bullying*, baik dalam bentuk fisik, verbal, maupun *cyberbullying*, memiliki dampak jangka panjang pada kesejahteraan mental korban, termasuk peningkatan risiko *loneliness* (Hosozawa, dkk., 2022). Selain itu, penelitian ini mendukung temuan yang menunjukkan bahwa individu yang mengalami *bullying* pada usia dini cenderung mengalami *loneliness* yang lebih parah di kemudian hari, yang dapat berlanjut hingga dewasa (Wigham, 2023). Dengan nilai I^2 sebesar 89%, analisis ini juga menunjukkan adanya variasi signifikan antar studi, yang mencerminkan kompleksitas dan beragamnya faktor-faktor yang mempengaruhi hubungan antara *bullying* dan *loneliness*. Oleh karena itu, penggunaan model efek acak dalam analisis ini sangat penting untuk memastikan keakuratan dan relevansi temuan yang dihasilkan (Wu, 2024).

Temuan dari meta-analisis ini memiliki implikasi yang signifikan, baik secara ilmiah maupun praktis. Secara ilmiah, hasil ini menegaskan kembali bahwa *bullying* bukan hanya masalah perilaku, tetapi juga berkontribusi terhadap masalah kesehatan mental yang serius, seperti

loneliness, yang dapat berdampak jangka panjang pada perkembangan psikologis remaja (Aboagye, dkk., 2021). Dari perspektif praktis, hasil ini menggarisbawahi pentingnya intervensi yang holistik dan terintegrasi untuk mengatasi *bullying* di berbagai setting, termasuk di sekolah dan tempat kerja. Intervensi tersebut tidak hanya perlu fokus pada pencegahan *bullying*, tetapi juga pada upaya untuk mengurangi *loneliness* dan mendukung pemulihan psikologis korban melalui pendekatan yang berfokus pada peningkatan dukungan sosial dan keterlibatan komunitas (Li, 2023). Dengan demikian, strategi yang komprehensif diperlukan untuk menangani dampak kompleks dari *bullying* terhadap kesejahteraan mental individu.

Bias Publikasi Pengaruh *Bullying* terhadap *Loneliness*

Gambar *funnel plot* di atas menunjukkan adanya asimetri yang signifikan, yang mengindikasikan kemungkinan adanya bias publikasi dalam meta-analisis ini. Bias publikasi terjadi ketika hasil penelitian yang signifikan lebih mungkin dipublikasikan dibandingkan hasil yang tidak signifikan. Dalam konteks *bullying* dan *loneliness*, hal ini bisa berarti bahwa hanya studi yang menunjukkan hubungan yang signifikan antara *bullying* dan *loneliness* yang dipublikasikan, sementara studi yang tidak menemukan hubungan tersebut cenderung tidak dipublikasikan (Ayu Dewi dan Valentina, 2020; Nona, 2024). Asimetri ini perlu diperhitungkan dalam interpretasi hasil meta-analisis, karena dapat menyebabkan perkiraan efek yang berlebihan.

Hasil ini konsisten dengan literatur yang menyatakan bahwa bias publikasi dapat mempengaruhi hasil penelitian, khususnya dalam studi tentang kesehatan mental remaja. Beberapa penelitian telah menggarisbawahi bahwa bias publikasi sering kali mengakibatkan kesimpulan yang terlalu optimis tentang efektivitas intervensi atau kekuatan hubungan antara variabel-variabel tertentu (Waliyanti, dkk., 2018). Misalnya, jika hanya penelitian yang menunjukkan hubungan signifikan antara *bullying* dan *loneliness* yang dipublikasikan, maka kita bisa berasumsi secara salah bahwa efek *bullying* terhadap *loneliness* lebih besar daripada yang sebenarnya. Literatur lain juga menegaskan pentingnya melaporkan hasil penelitian apa adanya, terlepas dari signifikansinya, untuk mendapatkan gambaran yang lebih akurat tentang fenomena yang diteliti (Zendrato, 2022).

Pentingnya temuan ini terletak pada implikasinya terhadap metode penelitian dan interpretasi data dalam studi *bullying* dan kesehatan mental remaja. Jika bias publikasi tidak diatasi, maka rekomendasi kebijakan yang didasarkan pada data tersebut mungkin tidak sepenuhnya tepat sasaran. Untuk mengurangi dampak bias ini, sangat penting bagi peneliti untuk melaporkan semua hasil penelitian, baik yang signifikan maupun yang tidak signifikan, guna menciptakan gambaran yang lebih lengkap dan akurat tentang dampak *bullying* terhadap *loneliness* (Garvin, 2018; Sabrina, dkk., 2022). Hal ini juga menggarisbawahi pentingnya penerapan pedoman publikasi yang transparan, yang dapat membantu mencegah bias publikasi dan meningkatkan kualitas penelitian di masa depan.

SIMPULAN

Dari hasil analisis meta-analisis ini, dapat disimpulkan bahwa *bullying* memiliki dampak signifikan terhadap peningkatan risiko *loneliness* pada remaja, dengan *adjusted odds ratio* (aOR) sebesar 1.92. Asimetri yang teridentifikasi dalam plot corong mengindikasikan adanya bias publikasi, yang dapat mempengaruhi interpretasi hasil dan memperkuat kesan bahwa hubungan antara *bullying* dan *loneliness* lebih kuat dari yang sebenarnya. Oleh karena itu, penting bagi peneliti untuk melaporkan semua hasil penelitian, baik yang signifikan maupun yang tidak signifikan, guna menciptakan gambaran yang lebih akurat tentang dampak *bullying* terhadap *loneliness*. Dengan pemahaman yang lebih komprehensif dan pendekatan yang

transparan, strategi pencegahan yang lebih efektif dapat dikembangkan untuk mengatasi dampak negatif *bullying* terhadap kesehatan mental remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Aboagye, R.G. *et al.* (2021). A Multi-Country Analysis of the Prevalence and Factors Associated With *Bullying* Victimization Among in-School Adolescents in Sub-Saharan Africa: Evidence From the Global School-Based Health Survey. *BMC Psychiatry*. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03337-5>.
- Amu, H. *et al.* (2020). Loneliness and its Associated Risk Factors Among in-School Adolescents in Tanzania: Cross-Sectional Analyses of the Global School-Based Health Survey Data. *Psychological Studies*, 65(4), pp. 536–542. Available at: <https://doi.org/10.1007/s12646-020-00580-w>.
- Ayu Dewi, C.I. and Valentina, T.D. (2020). Posttraumatic Growth Among Adolescent Victims of *Bullying*. *Psikologia Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*. Available at: <https://doi.org/10.32734/psikologia.v15i1.4342>.
- Bollestad, V., Amland, J.-S. and Olsen, E. (2022). The Pros and Cons of Remote Work in Relation to *Bullying*, Loneliness and Work Engagement: A Representative Study Among Norwegian Workers During COVID-19. *Frontiers in Psychology*. Available at: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1016368>.
- Brunes, A., Hansen, M.B. and Heir, T. (2019). Loneliness Among Adults With Visual Impairment: Prevalence, Associated Factors, and Relationship to Life Satisfaction. *Health and Quality of Life Outcomes*. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12955-019-1096-y>.
- Cheah, Y.K. (2024). Demographic, Lifestyle, Social, and Psychological Factors Associated With Worry-related Sleep Problems Among School-going Adolescents in Timor-Leste. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*. Available at: <https://doi.org/10.1111/jcap.12468>.
- Duah, E. (2024). The Mediating Effect of Loneliness on the Relationship Between *Bullying* Victimization and Suicidal Behavior Among Adolescents in Ghana. *Youth*. Available at: <https://doi.org/10.3390/youth4010016>.
- Eid, E. *et al.* (2023). Does Problematic Use of Social Network Mediate the Association Between *Bullying* Victimization and Loneliness Among Lebanese Adolescents?. *Children*. Available at: <https://doi.org/10.3390/children10030599>.
- Garvin, G. (2018). Hubungan Kecerdasan Sosial Dengan *Loneliness* Pada Remaja. *Jurnal Muara Ilmu Sosial Humaniora Dan Seni*. Available at: <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i2.1005>.
- Hosozawa, M. *et al.* (2022). Predictors of Chronic Loneliness During Adolescence: A Population-Based Cohort Study. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*. Available at: <https://doi.org/10.1186/s13034-022-00545-z>.
- Li, T. (2023). Association Between *Bullying* Victimization and Post-Traumatic Stress Disorders Among Chinese Adolescents: A Multiple Mediation Model. *BMC Psychiatry*. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05212-x>.
- Matthews, T. *et al.* (2018). Lonely Young Adults in Modern Britain: Findings From an Epidemiological Cohort Study. *Psychological Medicine*. Available at: <https://doi.org/10.1017/s0033291718000788>.
- Matthews, T. *et al.* (2020). A Longitudinal Twin Study of Victimization and Loneliness From Childhood to Young Adulthood. *Development and Psychopathology*. Available at: <https://doi.org/10.1017/s0954579420001005>.
- Nguyen, H.T.L. *et al.* (2019). Impact of parent-adolescent bonding on school *bullying* and mental health in Vietnamese cultural setting: evidence from the global school-based health survey. *BMC Psychology*. Available at: <https://doi.org/10.1186/s40359-019-0294-z>.
- Nona, K. (2024). Media Digital Dan Audiens Muda: Komunikasi Yang Ditargetkan Pada Anak-Anak Dan Remaja. *Syntax Literate Jurnal Ilmiah Indonesia*. Available at: <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v7i11.15451>.

- Putra, G.N.E. and Dendup, T. (2020). Health and behavioural outcomes of *bullying* victimisation among Indonesian adolescent students: findings from the 2015 Global School-based Student Health Survey. *Psychology, Health and Medicine*, 27(3), pp. 513–527. Available at: <https://doi.org/10.1080/13548506.2020.1826546>.
- Sabrina, K.N. et al. (2022). Loneliness Dan Internalizing Problems Remaja. *Psychopolytan Jurnal Psikologi*. Available at: <https://doi.org/10.36341/psi.v5i2.2337>.
- Tan, L.A. et al. (2019). *Bullying* Victimization Among School-Going Adolescents in Malaysia: Prevalence and Associated Factors. *Asia-Pacific Journal of Public Health*, 31(8_suppl), pp. 18S-29S. Available at: <https://doi.org/10.1177/1010539519870665>.
- Waliyanti, E., Kamilah, F. and Fitriansyah, R.R. (2018). Fenomena Perilaku *Bullying* Pada Remaja Di Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia (Jiki)*. Available at: <https://doi.org/10.31000/jiki.v2i1.831>.
- Wigham, S. (2023). Public Mental Health and Wellbeing Interventions Delivered by Allied Health Professionals (AHPs): Mapping the Evidence and Identification of Gaps. A Systematic Review. *Journal of Public Mental Health*. Available at: <https://doi.org/10.1108/jpmh-04-2023-0033>.
- Wu, J. (2024). The Longitudinal Relationship Between *Cyberbullying* Victimization and Loneliness Among Chinese Middle School Students: The Mediating Effect of Perceived Social Support and the Moderating Effect of Sense of Hope. *Behavioral Sciences*. Available at: <https://doi.org/10.3390/bs14040312>.
- Yusuf, A. et al. (2019). Prevalence and correlates of being bullied among adolescents in Indonesia: Results from the 2015 Global School-based Student Health Survey. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 34(1), pp. 1–7. Available at: <https://doi.org/10.1515/ijamh-2019-0064>.
- Zendrato, N.J. (2022). Hubungan Media Sosial Dengan Perilaku Seks Bebas Pada Remaja : Literature Review. *Promotif Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Available at: <https://doi.org/10.56338/promotif.v12i2.2560>.