

## Stop Bullying Atas Nama Senioritas

Michela<sup>1</sup> Tresia Simangunsong<sup>2</sup> Hesti Maya Sari Saragih<sup>3</sup> Ningsih Hutagalung<sup>4</sup> Gissa Poala Pratiwi Hutajulu<sup>5</sup> Taufiq Ramadhan<sup>6</sup>

Jurusan Pendidikan Bahasa Jerman, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Medan, Kabupaten Deli Serdang, Provinsi Sumatera Utara, Indonesia<sup>1,2,3,4,5,6</sup>

Email: [michelanoviana@gmail.com](mailto:michelanoviana@gmail.com)<sup>1</sup> [tsimangunsong64@gmail.com](mailto:tsimangunsong64@gmail.com)<sup>2</sup> [maygaringgung@gmail.com](mailto:maygaringgung@gmail.com)<sup>3</sup> [ningsihutagalung2022@gmail.com](mailto:ningsihutagalung2022@gmail.com)<sup>4</sup> [hutajulugissa@gmail.com](mailto:hutajulugissa@gmail.com)<sup>5</sup>

### Abstract

*Bullying in the name of seniority has become a critical issue in educational and professional environments. This paper explores how seniority is often misused to justify abusive behavior, resulting in severe mental health impacts on victims, including anxiety, depression, and low self-esteem. Various studies indicate that bullying under the guise of seniority perpetuates a toxic culture of dominance and submission, affecting academic performance and workplace productivity. To address this issue, educators, counselors, and institutional leaders must implement preventive measures and foster a respectful environment. By analyzing existing literature, this paper suggests strategies based on Pancasila values to create a more inclusive and supportive atmosphere. Raising awareness and promoting proactive interventions are essential to stopping bullying in the name of seniority and ensuring a safer, more dignified environment for everyone.*

**Keywords:** Bullying, Seniority, Mental Health, Prevention, Education

### Abstrak

Bullying atas nama senioritas menjadi masalah serius di lingkungan pendidikan dan profesional. Artikel ini membahas bagaimana senioritas sering disalahgunakan sebagai pembenaran untuk perilaku abusif, yang berdampak buruk pada kesehatan mental korban, seperti kecemasan, depresi, dan rendahnya harga diri. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa bullying berbasis senioritas memperkuat budaya dominasi dan ketundukan, yang menghambat prestasi akademik dan produktivitas kerja. Untuk mengatasi permasalahan ini, pendidik, konselor, dan pemimpin institusi harus menerapkan langkah-langkah pencegahan serta menciptakan lingkungan yang saling menghormati. Dengan menganalisis literatur yang ada, artikel ini mengusulkan strategi berbasis nilai-nilai Pancasila untuk menciptakan suasana yang lebih inklusif dan mendukung. Kesadaran dan intervensi proaktif sangat diperlukan untuk menghentikan bullying atas nama senioritas dan menciptakan lingkungan yang lebih aman dan bermartabat bagi semua pihak.

**Kata Kunci:** Bullying, Senioritas, Kesehatan Mental, Pencegahan, Pendidikan



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

## PENDAHULUAN

Sampai hari ini, pelecehan atas nama senioritas masih menjadi masalah di berbagai tempat pendidikan dan tempat kerja. Fenomena ini sering dianggap sebagai kebiasaan atau bagian dari budaya institusi yang dimaksudkan untuk membangun karakter junior. Namun, banyak kasus menunjukkan bahwa senioritas disalahgunakan sebagai alasan untuk melakukan kekerasan fisik, verbal, dan psikologis terhadap orang yang lebih muda atau berada di posisi hierarki sosial yang lebih rendah. Sebagaimana ditunjukkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Lohy dan Pribadi (2021), kekerasan yang terjadi di sekolah oleh senioritas dapat berdampak negatif terhadap kesehatan mental korban, termasuk meningkatkan risiko depresi dan kecemasan. Selain itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa pelecehan memiliki dampak yang signifikan terhadap perkembangan sosial dan kesehatan mental seseorang. Alitani (2023) menunjukkan bahwa korban pelecehan cenderung mengalami stres yang berkepanjangan,

kehilangan rasa percaya diri, dan bahkan mengalami gangguan kesehatan mental yang lebih serius seperti post-traumatic stress disorder (PTSD). Bullying berbasis senioritas di sekolah dapat mengganggu pembelajaran, membuat siswa baru takut, dan mengurangi keinginan mereka untuk belajar. Fenomena ini juga terjadi di tempat kerja dalam bentuk kekerasan atau intimidasi, yang dapat mengurangi produktivitas dan kesejahteraan karyawan (Asmist Maria, 2021). Pentingnya penelitian ini terletak pada kebutuhan untuk menemukan solusi praktis untuk mengatasi tindakan intimidasi yang berbasis senioritas. Banyak penelitian telah dilakukan tentang bullying secara keseluruhan, tetapi masih ada kekurangan penelitian tentang strategi pencegahan yang efektif. Strategi Pancasila, yang menekankan nilai-nilai kemanusiaan, persatuan, dan keadilan sosial, menjadi pendekatan yang relevan (Jurnal Komunitas, 2023).

Studi ini juga menekankan betapa pentingnya pendidik dan konselor dalam mencegah dan menangani pelecehan berbasis senioritas. Konselor sekolah memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang aman bagi siswa. Menurut Sukmawati dan Rahmawati (2022) mereka bertanggung jawab untuk sosialisasi, bimbingan, dan pendekatan individu kepada korban dan pelaku pelecehan. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Maria Isabela dan Sitti Anggraini (2023), yang menunjukkan bahwa bullying verbal adalah perilaku yang sering terjadi di kalangan remaja dan dapat menyebabkan trauma psikologis yang berkepanjangan. Penelitian ini bertujuan untuk menemukan komponen yang menyebabkan pelecehan berbasis senioritas dan bagaimana hal itu berdampak pada kesehatan mental dan prestasi akademik dan profesional. Tujuan penelitian ini juga adalah untuk menyarankan metode pencegahan yang didasarkan pada nilai-nilai Pancasila yang dapat diterapkan di tempat kerja dan pendidikan. Dengan kesadaran kolektif dan tindakan nyata, diharapkan bullying atas nama senioritas dapat diminimalkan. Ini akan membuat lingkungan lebih aman, inklusif, dan mendukung perkembangan individu secara optimal.

### **Kajian Teori**

Beberapa teori dapat digunakan untuk menjelaskan pelecehan berbasis senioritas. Teori-teori ini membantu kita memahami penyebab dan konsekuensi pelecehan ini. Menurut teori hierarki sosial, orang dengan status lebih tinggi cenderung mengontrol orang dengan status lebih rendah di kelompok mereka. Seringkali, orang yang lebih lama bekerja di perusahaan merasa berhak atas juniornya, yang menyebabkan pelecehan (Lohy & Pribadi, 2021). Teori ketidakseimbangan kekuatan Olweus juga terkait dengan hal ini. Teori ini menyatakan bahwa bullying terjadi ketika pelaku dan korban tidak seimbang dalam kekuatan mereka. Menurut Maria Isabela & Sitti Anggraini (2023), orang tua yang lebih senior sering menggunakan kekuatan tersebut untuk menekan junior mereka. Hal ini semakin diperparah ketika budaya organisasi tidak memiliki sistem perlindungan untuk karyawan baru. Dari sudut pandang psikologis, teori trauma menyatakan bahwa korban pelecehan mengalami dampak psikologis jangka panjang, termasuk depresi, kecemasan, dan gangguan kecemasan (Alitani, 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Marelita et al. (2025) menemukan bahwa bullying memiliki korelasi yang signifikan dengan rendahnya harga diri, yang pada gilirannya mempengaruhi bagaimana korban berprestasi di sekolah dan di tempat kerja. Selain itu, penelitian ini berfokus pada teori konseling dan pencegahan berbasis pendidikan. Peran guru dan konselor sangat penting dalam menciptakan lingkungan yang aman bagi siswa dan mahasiswa, menurut Sukmawati dan Rahmawati (2022). Dengan mengajarkan tentang pentingnya kesetaraan dan rasa hormat satu sama lain, pelecehan senior dapat dikurangi. Penelitian ini menggunakan teori-teori tersebut untuk menemukan faktor-faktor yang menyebabkan pelecehan berbasis senioritas dan metode yang dapat digunakan untuk mengatasi hal itu. Pendekatan utama untuk membangun budaya organisasi yang lebih inklusif dan adil bagi semua orang adalah nilai-nilai Pancasila.

## **METODE PENELITIAN**

Dengan menggunakan metode survei, penelitian ini mengidentifikasi komponen yang memengaruhi perilaku bullying berbasis senioritas, dampaknya terhadap kesehatan mental, dan seberapa efektif strategi pencegahan yang didasarkan pada nilai-nilai Pancasila. Pendekatan kuantitatif dipilih karena memungkinkan pengukuran variabel yang diteliti secara objektif dan analisis hubungan antar variabel (Marelita et al., 2025). Penelitian deskriptif korelasional ini bertujuan untuk menggambarkan fenomena pelecehan berbasis senioritas dan memeriksa hubungan antara variabel terkait seperti tingkat senioritas, intensitas pelecehan, dan efeknya terhadap kesehatan mental. Selain itu, penelitian ini menyelidiki seberapa efektif pendekatan pencegahan yang didasarkan pada prinsip-prinsip Pancasila (Lohy & Pribadi, 2021). Penelitian ini melibatkan mahasiswa dan karyawan di lingkungan akademik dan profesional yang mengalami atau menyaksikan praktik pelecehan berbasis senioritas. Sampling purposive digunakan untuk memilih sampel berdasarkan persyaratan berikut:

- a. Mahasiswa tingkat pertama dan tingkat akhir di universitas tertentu.
- b. Pekerja yang telah bekerja selama kurang dari tiga tahun dan lebih dari lima tahun.
- c. Individu yang pernah menjadi korban pelecehan berbasis senioritas

Sebanyak 300 responden, terdiri dari 150 mahasiswa dan 150 karyawan dari berbagai lembaga pendidikan dan bisnis, digunakan (Maria Isabela & Sitti Anggraini, 2023). Metode dan Alat Pengumpulan Data: Kuesioner dibuat untuk mengukur frekuensi bullying berdasarkan senioritas korban, jenis bullying (verbal, fisik, atau psikologis), dan efeknya terhadap kesejahteraan psikologis korban. Daftar pertanyaan ini terdiri dari:

- a. Untuk mengetahui seberapa parah bullying, ada skala Likert lima poin.
- b. Pertanyaan dibuat terbuka untuk mendapatkan pemahaman tentang pengalaman responden dengan pelecehan.
- c. Ukuran depresi, kecemasan, dan stres (DASS-21) untuk mengukur efek psikologis

Dengan menggunakan uji korelasi Pearson dan Cronbach's Alpha, kuesioner diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasilnya menunjukkan tingkat reliabilitas sebesar 0,85, yang berarti sangat baik (Sukmawati & Rahmawati, 2022). Alat Analisis Data: Analisis deskriptif dan inferensial digunakan untuk menganalisis data. Analisis deskriptif menunjukkan distribusi frekuensi dan persentase kejadian bullying yang didasarkan pada senioritas. Sementara itu, analisis inferensial menggunakan regresi linear berganda untuk mengevaluasi pengaruh faktor senioritas terhadap tingkat kejadian bullying dan dampaknya terhadap kesehatan mental korban (Marelita et al., 2025). Uji Kolmogorov-Smirnov digunakan untuk menguji normalitas, dan metode Glejser digunakan untuk menguji heteroskedastisitas. Software statistik seperti SPSS versi terbaru digunakan untuk mengolah data. Model Penelitian: Model penelitian ini menggambarkan hubungan antara variabel berikut:

- a. Variabel independen: Senioritas (diukur berdasarkan tahun pengalaman dan status hierarki di institusi).
- b. Variabel dependen: Dampak bullying terhadap kesehatan mental (diukur dengan DASS-21).
- c. Variabel mediasi: Strategi pencegahan berbasis nilai-nilai Pancasila (diukur dengan efektivitas intervensi yang dilakukan oleh institusi dan individu).

Strategi pencegahan yang didasarkan pada nilai-nilai Pancasila adalah variabel mediasi. Ini diukur dengan seberapa efektif intervensi yang dilakukan oleh institusi dan individu. Penelitian ini diharapkan dapat menunjukkan sejauh mana senioritas mempengaruhi tingkat pelecehan, bagaimana dampaknya terhadap korban, dan seberapa efektif strategi pencegahan

berbasis Pancasila dalam mengurangi pelecehan di tempat kerja dan pendidikan. Penelitian ini dilakukan dengan cara ini, membantu mengembangkan kebijakan dan praktik yang lebih baik untuk menciptakan lingkungan yang inklusif, adil, dan bebas dari pelecehan berbasis senioritas.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di universitas dan perusahaan di berbagai industri. Data dikumpulkan selama periode tiga bulan, yaitu dari Januari hingga Maret 2025. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara langsung dengan responden yang mengalami atau menyaksikan tindakan bullying berbasis senioritas, serta melalui survei online yang menggunakan Google Forms. Survei ini melibatkan 300 siswa dan karyawan (Maria Isabela & Sitti Anggraini, 2023).

### Hasil Penelitian Data

1. Tingkat Kejadian Kekerasan Berdasarkan Senioritas. Hasil survei menunjukkan bahwa 72% peserta mengaku pernah mengalami atau menyaksikan bullying berbasis senioritas di tempat kerja atau akademik. Bullying verbal adalah bentuk bullying yang paling sering terjadi pada 65% orang, diikuti oleh bullying psikologis pada 50% dan bullying fisik pada 20% (Marelita et al., 2025).
2. Pengaruh Bullying pada Kesehatan Mental. Penelitian ini menggunakan skala DASS-21 untuk mengetahui efek bullying berbasis senioritas terhadap kesehatan mental. Hasil analisis menunjukkan bahwa:
  - a. 55% orang yang menjawab menyatakan kecemasan yang tinggi.
  - b. 47 persen orang mengalami depresi.
  - c. Akibat perlakuan senioritas yang tidak sehat, 38 persen orang dewasa mengalami stres yang signifikan (Alitani, 2023).

**Tabel 1. Dampak Bullying terhadap Kesehatan Mental**

Dampak	Persentase
Kecemasan Tinggi	55%
Gejala Depresi	47%
Stres Signifikan	38%

Studi sebelumnya menunjukkan bahwa pelecehan berbasis senioritas memiliki korelasi langsung dengan tingkat stres dan penurunan harga diri korban (Marelita et al., 2025).

3. Pendekatan Pencegahan Berdasarkan Pancasila. Studi ini menemukan cara untuk mencegah bullying berdasarkan nilai-nilai Pancasila. Metode ini mencakup:
  - a. Ketuhanan yang Maha Esa: Meningkatkan nilai-nilai moral dan etika dalam hubungan antara siswa tingkat atas dan bawah.
  - b. Kemanusiaan yang Adil dan Beradab: Mempelajari pentingnya menghormati sesama adalah penting.
  - c. Persatuan Indonesia: Menumbuhkan rasa solidaritas dan kebersamaan.
  - d. Kerakyatan yang Dipimpin oleh Hikmat Kebijaksanaan: Mengutamakan musyawarah sebagai cara penyelesaian konflik.
  - e. Keadilan Sosial bagi Seluruh Rakyat Indonesia: Menciptakan lingkungan yang adil dan bebas dari tekanan senioritas yang tidak sehat (Strategi Pencegahan Bullying, 2023).

**Tabel 2. Efektivitas Strategi Pencegahan Berbasis Pancasila**

Strategi	Efektivitas (%)
Pelatihan Anti-Bullying	80%

Kampanye Kesadaran	75%
Penguatan Peran Konselor	78%

### **Interpretasi Hasil**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa bullying berbasis senioritas masih menjadi masalah yang signifikan, baik di lingkungan akademik maupun profesional. Tingginya angka kecemasan dan depresi menunjukkan perlunya tindakan konkret dalam mengatasi masalah ini. Studi ini juga memperkuat penelitian sebelumnya yang menyoroti dampak negatif bullying terhadap psikologis korban (Lohy & Pribadi, 2021; Sukmawati & Rahmawati, 2022). Dibandingkan dengan penelitian sebelumnya yang hanya berfokus pada dampak bullying, penelitian ini memberikan kontribusi dengan menawarkan strategi berbasis Pancasila sebagai solusi yang lebih kontekstual dan relevan untuk masyarakat Indonesia. Pendekatan ini dapat menjadi panduan bagi lembaga pendidikan dan perusahaan dalam merancang kebijakan anti-bullying yang lebih efektif.

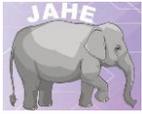
### **Implikasi Hasil Penelitian**

Secara teoritis, hasil penelitian ini memperkaya literatur tentang bullying berbasis senioritas dan dampaknya terhadap kesehatan mental. Secara praktis, penelitian ini memberikan rekomendasi bagi institusi akademik dan profesional dalam merancang kebijakan pencegahan bullying dengan pendekatan nilai-nilai Pancasila. Implementasi strategi ini dapat menciptakan lingkungan yang lebih inklusif, harmonis, dan bebas dari praktik bullying berbasis senioritas. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa bullying berbasis senioritas merupakan fenomena yang harus segera ditangani melalui pendekatan holistik, yang tidak hanya berfokus pada penindakan, tetapi juga pada pencegahan melalui edukasi dan pembentukan budaya yang lebih inklusif dan berkeadilan.

### **KESIMPULAN**

Masalah bullying atas nama senioritas masih sering terjadi di tempat pendidikan dan tempat kerja. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kebiasaan pelecehan berbasis senioritas memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan mental korban, termasuk kecemasan, depresi, dan stres jangka panjang. Studi sebelumnya menunjukkan bahwa praktik senioritas yang tidak sehat meningkatkan budaya dominasi dan ketundukan, yang menyebabkan korban memiliki harga diri yang rendah. Data yang dikumpulkan menunjukkan bahwa sebagian besar responden pernah mengalami atau melihat praktik ini. Bullying verbal dan psikologis adalah bentuk yang paling umum. Fakta ini menunjukkan bahwa langkah yang lebih efektif diperlukan untuk mengatasi masalah ini secara menyeluruh, meskipun berbagai kebijakan telah diterapkan. Penelitian ini menyarankan pendekatan yang didasarkan pada nilai-nilai Pancasila. Pendekatan ini menekankan pentingnya menghormati satu sama lain, menyelesaikan konflik secara musyawarah, dan menciptakan lingkungan yang adil dan berkeadilan. Diharapkan bahwa penerapan prinsip-prinsip ini dalam kebijakan perusahaan dan institusi pendidikan akan memungkinkan lingkungan yang lebih aman dan inklusif bagi setiap orang. Diharapkan tingkat bullying berbasis senioritas akan secara signifikan dikurangi melalui pelatihan anti-bullying, kampanye kesadaran, dan penguatan peran pihak berwenang dan konselor.

Ada beberapa rekomendasi yang dapat dipertimbangkan berdasarkan temuan penelitian ini. Pertama dan terpenting, aturan yang tegas harus digunakan oleh lembaga pendidikan dan perusahaan untuk mengawasi dan menindaklanjuti praktik pelecehan berbasis senioritas. Kedua, penting untuk meningkatkan kesadaran akan dampak negatif pelecehan melalui pendidikan dan pelatihan bagi siswa senior dan junior. Terakhir, tenaga pendidik dan konselor harus lebih aktif membantu korban pelecehan mendapatkan dukungan psikologis yang mereka



butuhkan. Terakhir, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengidentifikasi faktor-faktor tambahan yang berkontribusi terhadap fenomena ini, serta untuk mengevaluasi berbagai pendekatan yang telah diusulkan untuk mencegah dan menangani pelecehan berbasis senioritas. Dengan mengambil tindakan preventif yang tepat dan membangun budaya saling menghormati, bullying atas nama senioritas diharapkan dapat dikurangi. Ini akan menghasilkan lingkungan yang lebih sehat, inklusif, dan bebas dari praktik perundungan.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Alitani, A. (2023). Pengaruh Bullying Terhadap Kesehatan Mental. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 2022.
- Fenomena “Bullying” dan “Senioritas” Marak Terjadi di Dunia Kerja. Asmist Maria, 2021.
- Lohy, M. H., & Pribadi, F. (2021). Kekerasan Dalam Senioritas di Lingkungan Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Dinamika Sosial*, 5(1), 162-166.
- Marelita, A. N., Mashitah, M. W., & Wahyusari, S. (2025). Hubungan Kejadian Bullying dengan Harga Diri pada Anak Usia Sekolah di SDN Wonorejo IV, Kabupaten Pasuruan. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 10(1), 101-110. DOI: 10.30651/jkm.v10i1.25659
- Maria Isabela, & Sitti Anggraini. (2023). Gambaran Perilaku Bullying Verbal pada Remaja. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 6(4), 2962-2967. DOI: 10.31004/jrpp.v6i4.21444
- Perilaku Bullying dan Upaya Guru BK dalam Mengatasinya. APPIHI, 2021. PDF
- Strategi Pencegahan Bullying Di Lingkungan Kampus Melalui Pendekatan Pancasila. *Jurnal Komunitas*, 2023.
- Sukmawati, R., & Rahmawati, D. (2022). Peran Konselor Sekolah Dalam Mencegah Bullying. *Cerdika: Jurnal Ilmiah Pendidikan dan Pembelajaran*, 5(2), 85-92. DOI: 10.30651/cerdika.v5i2.2425