

ANALISIS PELAKU VERBAL BULLYING BERKEDOK CANDAPAN DALAM PERSPEKTIF AGAMA BUDDHA DAN KRISTEN PROTESTAN

Mareti; Gisela Vincentia Putri Nugroho; Roy O'Brilians; Dedek Sae Putri Simbolon; Universitas Pradita, mareti@student.pradita.ac.id

ABSTRACT: Jokes with offensive undertones are normalized in everyday life. In reality, these are all verbal-bullying disguised as jokes. Such conducts are a serious problem for it can negatively impact the perpetrator and victim. For that reason, this research was made through the lense of Christianity Protestantism and Buddhism to give advice on how to prevent people from making jokes with offensive undertones. Qualitative methods with descriptive qualitative design were used. This research proves that such jokes are against the teachings of Buddhism loving-kindness and Christianity Protestantism's love, forgiveness, and respect for one another. Buddhism teaches the perpetrator to practice right intention, right speech, right effort taught by the Noble Eightfold Path. While Christianity Protestantism teaches that words should build character and not destroy someone.

Keywords: Verbal Bullying Disguised as Jokes, Buddhism, Christianity Protestantism.

ABSTRAK: Dalam komunikasi sehari-hari, bercanda dengan unsur penghinaan kerap ditemukan dan dinormalisasi. Namun, perilaku tersebut sebenarnya dapat dikategorikan sebagai verbal bullying berkedok candaan. Verbal bullying berkedok candaan merupakan masalah serius karena membawa dampak negatif terhadap pelaku maupun korban. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk membahas perspektif agama Buddha dan Kristen Protestan terkait verbal bullying berkedok candaan serta memberikan rekomendasi kepada pelaku sehingga dapat mencegahnya melakukan verbal bullying berkedok candaan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan desain deskriptif kualitatif. Penelitian menunjukkan bahwa verbal bullying berkedok candaan bertentangan dengan nilai cinta kasih yang diajarkan dalam agama Buddha dan nilai kasih, pengampunan, dan penghargaan terhadap martabat manusia dalam agama Kristen

Protestan. Berdasarkan ajaran agama Buddha, pelaku verbal bullying berkedok candaan perlu mempraktikkan kehendak benar, ucapan benar, dan usaha benar yang terdapat dalam Jalan Mulia Berunsur Delapan. Berdasarkan ajaran agama Kristen Protestan, pelaku verbal bullying berkedok candaan perlu mempraktikkan perkataan untuk membangun.

Kata Kunci: Verbal Bullying Berkedok Candaan, Agama Buddha, Agama Kristen Protestan.

I. PENDAHULUAN

Dalam komunikasi sehari-hari, banyak ditemukan candaan yang mengandung unsur penghinaan. Banyak yang menormalisasi tindakan tersebut, bahkan menganggapnya sebagai bentuk keakraban. Namun, dalam kondisi tertentu, candaan yang didalamnya terdapat unsur penghinaan sebenarnya dapat dikategorikan sebagai verbal bullying berkedok candaan.

Putri et al. (2021) mendefinisikan verbal bullying sebagai penindasan dengan menggunakan kata-kata yang kurang pantas didengar untuk mencemooh, mengejek menghina, berkata kasar sehingga membuat korban verbal bullying kurang nyaman dan dapat tertekan secara psikis. Psikolog Anastasia Sari Dewi (as cited in Alam, 2024) menjelaskan bahwa bercanda yang sehat ditandai dengan adanya kesepakatan di antara kedua pihak yang terlibat, dan ditunjukkan oleh respon tawa dari kedua belah pihak. Sebaliknya, jika terdapat konotasi negatif dan hanya satu pihak yang menganggapnya lucu, hal tersebut dapat dikategorikan sebagai bullying. Oleh karena itu, jika seseorang bercanda dengan melontarkan kata-kata yang menyakiti orang lain dan hanya satu pihak yang menganggapnya lucu, maka dapat dikategorikan sebagai verbal bullying berkedok candaan.

Sehubungan dengan fenomena verbal bullying berkedok candaan, agama Buddha memiliki ajaran tentang Empat Kebenaran Mulia yang menjelaskan tentang penderitaan, asal-mula penderitaan, lenyapnya penderitaan, dan jalan menuju lenyapnya penderitaan. Jalan menuju lenyapnya penderitaan adalah Jalan Mulia Berunsur Delapan. Jalan Mulia Berunsur Delapan dapat memberikan rekomendasi kepada

pelaku agar tidak mengulangi perbuatannya yang juga membawa penderitaan bagi dirinya.

Agama Buddha juga menekankan pentingnya nilai cinta kasih yang terdapat pada ajaran tentang Empat Keadaan Batin yang Luhur. Buddha mengajarkan konsep Metta, yaitu cinta kasih yang tulus dan tanpa pamrih kepada semua makhluk. Dengan sikap tersebut, maka kita dapat membangun hubungan yang baik dengan orang lain sehingga dapat mencegah terjadinya verbal bullying berkedok candaan.

Agama Kristen juga mengajarkan tentang pentingnya nilai kasih, pengampunan, dan penghargaan terhadap martabat manusia. Selain itu, agama Kristen mengajarkan tentang konsep Lidah adalah Api yang sangat erat kaitannya dengan fenomena verbal bullying berkedok candaan. Agama Kristen juga menekankan ajaran tentang Perkataan untuk Membangun yang dapat digunakan untuk mencegah verbal bullying berkedok candaan.

Verbal bullying berkedok candaan ini merupakan masalah serius karena membawa dampak negatif baik kepada pelaku maupun korban. Oleh karena itu, penulis akan mengangkat topik verbal bullying berkedok candaan dalam perspektif agama Buddha melalui artikel ini. Tujuannya untuk membahas bagaimana agama Buddha dan Kristen Protestan memandang verbal bullying berkedok candaan serta memberikan rekomendasi kepada pelaku sehingga dapat mencegahnya melakukan verbal bullying berkedok candaan.

II. METODE

1. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif. Bogdan dan Taylor (as cited in Septiani, 2024) mendefinisikan metode kualitatif sebagai metode penelitian yang menghasilkan data berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang yang perilakunya dapat diamati. Bungin (as cited in Septiani, 2024) menjelaskan bahwa terdapat tiga macam desain dalam penelitian kualitatif. Tiga macam desain tersebut antara lain desain deskripsi kualitatif, desain kualitatif verifikatif dan desain grounded theory. Dari ketiga desain tersebut, peneliti

menggunakan desain deskriptif kualitatif. Peneliti memilih metode kualitatif dengan desain deskripsi kualitatif karena fenomena verbal bullying berkedok candaan membutuhkan pemahaman mendalam tentang perspektif pelaku serta interpretasi ajaran agama.

2. Perolehan data dilakukan menggunakan pendekatan studi kepustakaan untuk menelaah fenomena verbal bullying berkedok candaan dan menghubungkannya dengan ajaran agama Buddha dan Kristen Protestan menggunakan berbagai sumber literatur seperti karya-karya ilmiah yang berhubungan dengan psikologi, kitab suci agama Buddha dan Kristen Protestan, serta karya-karya ilmiah yang berhubungan dengan ajaran agama Buddha dan Kristen Protestan.

III. HASIL PENELITIAN & PEMBAHASAN

1. Perspektif Agama Buddha

a. Cinta Kasih dalam Ajaran Empat Keadaan Batin yang Luhur

Brahmavihara adalah istilah dalam Bahasa Sanskerta yang merujuk pada empat keadaan batin yang luhur. Didalamnya mengandung sifat-sifat luhur, mulia, dan sempurna yang patut dimiliki oleh semua manusia. Sifat-sifat itu adalah cinta kasih (Metta), belas kasih (Karuna), simpati (Mudita), dan keseimbangan batin (Upekkha). Keempat sifat ini mengajarkan kepada kita untuk memiliki empati dan saling menghormati terhadap sesama makhluk. Sedangkan, perilaku verbal bullying berkedok candaan ini jelas bertentangan dengan sifat-sifat yang sudah diajarkan dalam Brahmavihara. Oleh karena itu, menerapkan sifat-sifat dari ajaran Brahmavihara dalam kehidupan sehari-hari kita dapat menghilangkan perilaku yang merendahkan atau bullying secara verbal yang dianggap bercanda. Untuk mencegah perilaku bullying dilakukan oleh anak, Prof. Dr. Lydia Freyani Hawadi mengingatkan para orang tua untuk melimpahkan kasih sayang kepada anak. Ia mengatakan bahwa, "Salah satu upaya mencegah perilaku bullying pada anak adalah dengan cara mengajarkan dan memberikan banyak kasih sayang," (Saran Psikolog, 2022). Prof. Dr. Lydia Freyani Hawadi juga mengatakan bahwa masa anak-anak merupakan masa

pembentukan kepribadian dan karakter anak, dia mengatakan bahwa, “Masa pembentukan ini menentukan akan menjadi sosok individu apa dan bagaimana kelak. Orang tua sebagai lingkungan pertama dan utama berkewajiban mendampingi proses tumbuh kembang anak dan memberikan hal-hal yang menjadi kebutuhan anak sesuai tahap perkembangan,” (Saran Psikolog, 2022).

b. Dukkha dalam Ajaran Tiga Corak Kehidupan

Tilakkhana adalah hukum tiga corak atau kondisi yang merupakan sifat-sifat mutlak dari segala yang ada di alam semesta ini. Tilakkhana adalah tiga keadaan yang mencengkeram segala sesuatu dalam alam semesta, bahwa tidak ada suatu bentuk apapun yang bebas dari ketiga corak tersebut. Salah satu dari tiga corak ini yang berkaitan dengan bullying adalah Dukkha Lakkhana (Corak Penderitaan). “Sabbe Sankhara Dukkha adalah segala sesuatu yang muncul (timbul, terbentuk, dan bersyarat) adalah dukkha (sulit dipertahankan, tidak menyenangkan).” (Manggala Wiriya Tantra, 2021, p. 90). Dukkha sendiri terdiri atas 3 jenis dan yang berkaitan dengan Tindakan bullying adalah Dukkha Dukkhatta. Dukkha Dukkhatta adalah dukkha sebagai derita biasa, yakni kesakitan jasmani dan kesakitan batin. Pelaku Tindakan bullying secara verbal berkedok candaan ini sering dilakukan karena adanya kesakitan batin seperti marah ataupun iri hati kepada korban sehingga dia melakukan bullying untuk memuaskan kesakitan batinnya. Menurut Psikolog Iswan Saputro, dampak psikologis terhadap pelaku bullying, yaitu pelaku menjadi terbiasa melakukan tindakan tanpa berpikir kedepannya (impulsif), rasa peduli atau empatinya menurun, meningkatnya perilaku agresif, memunculkan perilaku antisosial, dan mendapat label negatif dari orang sekitar (Nurmayani, 2023).

c. Empat Kebenaran Mulia

Dalam Samyutta Nikaya 56.11, Buddha menjelaskan Empat Kebenaran Mulia sebagai berikut:

“Sekarang ini, para bhikkhu, adalah kebenaran mulia penderitaan: kelahiran adalah penderitaan, penuaan adalah penderitaan, sakit

adalah penderitaan, kematian adalah penderitaan;³⁸¹ berkumpul dengan apa yang tidak menyenangkan adalah penderitaan; berpisah dengan apa yang menyenangkan adalah penderitaan; tidak mendapatkan apa yang diinginkan adalah penderitaan; singkatnya, kelima kelompok unsur kehidupan yang tunduk pada kemelekatan adalah penderitaan.

Sekarang ini, para bhikkhu, adalah kebenaran mulia asal-mula penderitaan: adalah keinginan yang menuntun menuju penjelmaan baru, disertai dengan kesenangan dan nafsu, mencari kenikmatan di sana-sini; yaitu, keinginan pada kenikmatan indria, keinginan pada penjelmaan, keinginan pada pemusnahan.

Sekarang ini, para bhikkhu, adalah kebenaran mulia lenyapnya penderitaan: adalah peluruhan tanpa sisa dan lenyapnya keinginan yang sama itu, meninggalkan dan melepaskannya, kebebasan darinya, tidak bergantung padanya.

Sekarang ini, para bhikkhu, adalah kebenaran mulia jalan menuju lenyapnya penderitaan: [422] adalah Jalan Mulia Berunsur Delapan ini; yaitu, pandangan benar ... konsentrasi benar.” (Bodhi, 2000/2010).

Berdasarkan sutta tersebut, Buddha menjelaskan bahwa kelahiran, penuaan, sakit, kematian, berkumpul dengan apa yang tidak menyenangkan, tidak mendapatkan apa yang diinginkan, serta lima kelompok unsur kehidupan yang tunduk pada kemelekatan adalah penderitaan. Lima kelompok unsur kehidupan yang tunduk pada kemelekatan adalah bentuk, perasaan, persepsi, bentuk-bentukan kehendak, dan kesadaran. Keinginan pada kenikmatan indria, keinginan pada penjelmaan, keinginan pada pemusnahan adalah asal-mula penderitaan. Lenyapnya penderitaan adalah lenyapnya keinginan. Berdasarkan sutta tersebut, Buddha juga menjelaskan bahwa jalan menuju lenyapnya penderitaan adalah jalan mulia berunsur delapan. Jalan mulia berunsur delapan terdiri dari pandangan benar, kehendak benar, ucapan benar, perbuatan benar, penghidupan benar, usaha benar, perhatian benar, dan konsentrasi benar.

Sehubungan dengan bullying, Iswan Saputro, M.Psi., Psikolog (as cited in Nurmayani, 2023) menjelaskan bahwa bullying dapat berdampak buruk bagi pelaku berupa terbiasa melakukan aktivitas impulsif, empati yang semakin tumpul, meningkatnya perilaku agresif, muncul perilaku antisosial yang semakin parah, dan mendapatkan label negatif. Dari dampak tersebut, dapat dilihat bahwa pelaku bullying termasuk pelaku verbal bullying berkedok candaan mengalami penderitaan. Jika dihubungkan dengan ajaran empat kebenaran mulia, maka penderitaan-penderitaan tersebut berhubungan dengan lima kelompok unsur kehidupan yang tunduk pada kemelekatan. Ikandani (2022) menulis “Tiara Diah Sosialita MPsi Psikolog, dosen Departemen Psikologi Universitas Airlangga, menjelaskan bahwa terdapat beberapa penyebab mengapa kasus bullying banyak terjadi pada remaja. Secara psikologis, bullying dapat dipicu sikap-sikap negatif seperti perasaan iri, dendam, dan permusuhan antar remaja”. Jika dihubungkan dengan ajaran Empat Kebenaran Mulia, maka penderitaan yang dialami oleh pelaku verbal bullying berkedok candaan disebabkan oleh keinginan untuk melampiaskan rasa iri dan dendam. Dalam ajaran empat kebenaran mulia, penderitaan pelaku verbal bullying berkedok candaan akan lenyap apabila keinginan-keinginan pada pelampiasan rasa iri dan dendam tersebut lenyap. Cara menyingkirkan penderitaan tersebut adalah dengan mempraktikkan Jalan Mulia Berunsur Delapan, yakni kehendak benar, ucapan benar, dan daya upaya benar.

d.Kehendak Benar, Ucapan Benar, dan Usaha Benar dalam Ajaran Jalan Mulia Berunsur Delapan

Dalam Samyutta Nikaya 45.8, Buddha menjelaskan tentang kehendak benar, ucapan benar, dan usaha benar dalam Jalan Mulia Berunsur Delapan sebagai berikut:

“Dan apakah, para bhikkhu, kehendak benar? Kehendak untuk melepaskan keduniawian, kehendak untuk tidak memusuhi, kehendak untuk tidak mencelakai: ini disebut kehendak.

Dan apakah, para bhikkhu, ucapan benar? Menghindari ucapan salah, menghindari ucapan yang memecah belah, menghindari ucapan kasar, menghindari gosip: ini disebut ucapan benar.

Dan apakah, para bhikkhu, usaha benar? Di sini, para bhikkhu, seorang bhikkhu memunculkan keinginan untuk tidak memunculkan kondisi-kondisi tidak bermanfaat yang belum muncul; ia berusaha, membangkitkan kegigihan, mengarahkan pikirannya, dan berupaya. Ia memunculkan keinginan untuk meninggalkan kondisi-kondisi tidak bermanfaat yang telah muncul.... Ia memunculkan keinginan untuk memunculkan kondisi-kondisi bermanfaat yang belum muncul.... ia memunculkan keinginan untuk mempertahankan kondisi-kondisi bermanfaat yang telah muncul, untuk ketidakmundurannya, untuk meningkatkannya, untuk memperluasnya, dan memenuhinya melalui pengembangan; ia berusaha, membangkitkan kegigihan, mengarahkan pikirannya, dan berupaya. Ini disebut usaha benar.” (Bodhi, 2000/2010)

Berdasarkan sutta tersebut, Buddha menjelaskan bahwa yang dimaksud kehendak benar dalam Jalan Mulia Berunsur Delapan adalah kehendak untuk melepaskan keduniawian, kehendak untuk tidak memusuhi, dan kehendak untuk tidak mencelakai. Ucapan benar adalah menghindari ucapan salah, menghindari ucapan yang memecah belah, menghindari ucapan kasar, dan menghindari gosip. Usaha benar adalah usaha untuk tidak memunculkan pikiran buruk yang belum muncul, usaha untuk melenyapkan pikiran buruk yang sudah muncul, usaha untuk menumbuhkan pikiran baik yang belum muncul, dan usaha untuk mempertahankan pikiran baik yang sudah muncul.

Berdasarkan ajaran Buddha tersebut, pelaku verbal bullying berkedok candaan perlu memiliki kehendak benar, yakni kehendak untuk tidak memusuhi dan tidak mencelakai. Pelaku juga perlu mempraktikkan ucapan benar dengan menghindari ucapan kasar. Selain itu, pelaku perlu mempraktikkan usaha benar dengan melenyapkan pikiran buruknya berupa dendam atau iri terhadap orang lain dan menumbuhkan pikiran baik berupa empati terhadap orang lain yang masih kurang atau belum muncul. Ajaran-ajaran tersebut selaras dengan ilmu psikologi yang disampaikan oleh Margaretha SPsi PGDip Psych MSc, ahli Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental UNAIR, yakni intervensi terhadap pelaku bullying sangat penting karena mereka seringkali kesulitan menyelesaikan masalah secara sehat dan

memahami perspektif korban sehingga pelaku bullying perlu dilatih untuk mengelola emosi, berkomunikasi secara asertif, dan berempati (as cited in Fitriyah, 2024).

2. Perspektif Agama Kristen Protestan

a. Kasih, Pengampunan, dan Penghargaan terhadap Martabat Manusia

Dalam Ajaran Kristen menekankan kasih, pengampunan, dan penghargaan terhadap martabat manusia. Hal ini dijabarkan dalam berbagai ayat Alkitab, seperti "Kasihilah sesamamu manusia seperti dirimu sendiri" (Alkitab Terjemahan Baru, 2010, Matius 22:39b), "Tetapi buah Roh ialah; kasih, sukacita, damai sejahtera, kesabaran, kemurahan, kebaikan, kesetiaan, kelemahlembutan, penguasaan diri. Tidak ada hukum yang menentang hal-hal itu" (Alkitab Terjemahan Baru, 2010, Galatia 5:22-23), dan "Hendaklah kamu saling mengasihi sebagai saudara; saling mendahului dalam memberi hormat" (Alkitab Terjemahan Baru, 2010, Roma 12:10).

Verbal bullying berkedok candaan secara langsung bertentangan dengan nilai-nilai ini. Perilaku tersebut menunjukkan kurangnya kasih, empati, dan respek terhadap sesama justru menghancurkan hubungan dan merugikan orang lain secara emosional dan psikologis. Menurut Hal ini selaras dengan penelitian Olweus (2005) dan Coloroso (2006) yang menunjukkan bahwa pelaku bullying pada umumnya memiliki tingkat agresivitas yang tinggi dan kurang memiliki empati. "Candaan" yang dimaksudkan untuk menyakiti bukanlah manifestasi dari buah Roh Kudus, melainkan dari sifat-sifat duniawi seperti kebencian, keegoisan, dan kesombongan.

b. Lidah adalah Api

Perkataan termasuk hal yang sering dibahas dalam Alkitab, lebih tepatnya pembahasan mengenai lidah dikarenakan lidah adalah salah satu organ yang digunakan untuk bercakap-cakapan. Salah satu bagian yang membahas tentang lidah adalah Yakobus 3:1-12, Pada bagian kitab ini diperjelas konsep Lidah yang bagaikan Api bisa menghanguskan tetapi juga memberi berkat.

Berikut kutipan dari bagian kitab Yakobus yang menjelaskan tentang konsep lidah adalah api:

“3:1 Saudara-saudaraku, janganlah banyak orang di antara kamu mau menjadi guru ; sebab kita tahu, bahwa sebagai guru kita akan dihakimi menurut ukuran yang lebih berat. 3:2 Sebab kita semua bersalah dalam banyak hal; barangsiapa tidak bersalah dalam perkataannya, ia adalah orang sempurna, yang dapat juga mengendalikan seluruh tubuhnya. 3:3 Kita mengenakan kekang pada mulut kuda, sehingga ia menuruti kehendak kita, dengan jalan demikian kita dapat juga mengendalikan seluruh tubuhnya. 3:4 Dan lihat saja kapal-kapal, walaupun amat besar dan digerakkan oleh angin keras, namun dapat dikendalikan oleh kemudi yang amat kecil menurut kehendak jurumudi. 3:5 Demikian juga lidah, walaupun suatu anggota kecil dari tubuh, namun dapat memegahkan perkara-perkara yang besar. Lihatlah, betapapun kecilnya api, ia dapat membakar hutan yang besar. 3:6 Lidahpun adalah api; ia merupakan suatu dunia kejahatan dan mengambil tempat di antara anggota-anggota tubuh kita sebagai sesuatu yang dapat menodai seluruh tubuh dan menyalakan roda kehidupan kita, sedang ia sendiri dinyalakan oleh api neraka. 3:7 Semua jenis binatang liar, burung-burung, serta binatang-binatang menjalar dan binatang-binatang laut dapat dijinakkan dan telah dijinakkan oleh sifat manusia, 3:8 tetapi tidak seorangpun yang berkuasa menjinakkan lidah; ia adalah sesuatu yang buas, yang tak terkuasai, dan penuh racun yang mematikan. 3:9 Dengan lidah kita memuji Tuhan, Bapa kita; dan dengan lidah kita mengutuk manusia yang diciptakan menurut rupa Allah, 3:10 dari mulut yang satu keluar berkat dan kutuk. Hal ini, saudara-saudaraku, tidak boleh demikian terjadi. 3:11 Adakah sumber memancarkan air tawar dan air pahit dari mata air yang sama? 3:12 Saudara-saudaraku, adakah pohon ara dapat menghasilkan buah zaitun dan adakah pokok anggur dapat menghasilkan buah ara? Demikian juga mata air asin tidak dapat mengeluarkan air tawar.” (Alkitab Terjemahan Baru, 2010, Yakobus 3:1-12)

Dalam Yakobus terpampang jelas bahwa Lidah diibaratkan sesuatu yang buas (Alkitab Terjemahan Baru, 2010, Yakobus 3:8) karena dapat

dengan mudah menghancurkan seseorang melalui kata-kata. Perkataan tersebut mampu menghancurkan harga diri seseorang dengan membuatnya percaya dengan perkataan orang lain yang mencemooh dirinya sehingga ia pun turut memandang dirinya rendah (Marie-Claire Kuja, 2014). Hal ini serupa dengan penggunaan kata-kata merendahkan yang berkedok bercanda. Hal ini merupakan suatu kejahatan yang tidak disukai oleh Tuhan. Sebab, tidak mungkin candaan yang merendahkan orang lain menjadi berkat bagi sesama karena terdapat hati teman yang tersakiti (Alkitab Terjemahan Baru, 2010, Yakobus 3:10).

c. Perkataan untuk Membangun

“4:29 Janganlah ada perkataan kotor keluar dari mulutmu, tetapi pakailah perkataan yang baik untuk membangun, di mana perlu, supaya mereka yang mendengarnya, peroleh kasih karunia.” (Alkitab Terjemahan Baru, 2010, Efesus 4:29). Alkitab tersebut menegaskan tentang bagaimana perkataan digunakan, yakni untuk membangun dan bukan menjatuhkan. Tuntutan ini harus dilakukan di kehidupan sehari-hari sehingga orang yang mendengarkan perkataan yang keluar dari mulut seorang Kristen merasakan kasih karunia, bukan malah berkecil hati. Hal ini, juga didukung secara psikologi melansir dari Kompas bahwa terbukti bahwa perkataan yang positif dapat mempengaruhi otak seseorang. Saat ia mendapatkan persepsi positif terhadap dirinya maka otaknya akan lebih bertumbuh dan berkembang menjadi lebih produktif (Kompas, 2013). Oleh karena itu, demi mencegah terjadinya verbal bullying berkedok, janganlah bercanda dengan merendahkan orang lain karena dari candaan tersebut terdapat pihak yang tersakiti.

IV. KESIMPULAN

Kesimpulannya tindakan verbal bullying berkedok candaan bertentangan dengan perspektif agama Buddha dan agama Kristen Protestan. Menurut perspektif agama Buddha, verbal bullying berkedok candaan tidak mencerminkan nilai cinta kasih yang ada dalam ajaran Empat Keadaan Batin yang Luhur. Fenomena verbal bullying berkedok candaan termasuk ke dalam dukkha dukkhata, yakni kesakitan batin

dan jasmani, yang terdapat pada ajaran Tiga Corak Kehidupan. Berdasarkan ajaran Empat Kebenaran Mulia, penderitaan pelaku verbal bullying berkedok candaan berhubungan dengan lima kelompok unsur kehidupan yang tunduk pada kemelekatan. Penderitaan tersebut diakibatkan oleh keinginan untuk melampiaskan rasa iri dan dendam. Penderitaan tersebut dapat dilenyapkan apabila keinginan untuk melampiaskan rasa iri dan dendam tersebut lenyap. Cara bagi pelaku untuk merealisasikan lenyapnya penderitaan sehubungan dengan verbal bullying berkedok candaan adalah dengan mempraktikkan kehendak benar, ucapan benar, dan usaha benar yang terdapat dalam ajaran Jalan Mulia Berunsur Delapan.

Menurut perspektif agama Kristen Protestan, tindakan verbal bullying berkedok candaan bertentangan dengan nilai kasih, pengampunan, dan penghargaan terhadap martabat manusia. Dalam fenomena verbal bullying berkedok candaan, lidah merupakan sumber kejahatan karena seseorang bisa dengan mudah menghancurkan orang lain hanya dengan perkataannya. Verbal bullying berkedok candaan juga bertentangan dengan ajaran perkataan untuk membangun yang terdapat dalam ajaran agama Kristen Protestan.

DAFTAR REFERENSI

Alam, S. O. (2024, December 07). Ramai soal 'Guyonan' Gus Miftah, Begini Konteks Candaan Sebenarnya dari Psikolog. detikhealth.

Alkitab Terjemahan Baru, 2010, YouVersion.
<https://www.bible.com/id/bible/306/GEN.1.TB>

Bodhi, B. (2010). *The Connected Discourses of the Buddha: A Translation of the Samyutta Nikaya*. (A. Indra, Trans). DhammaCitta. (Original work published 2000).

Febrianti, Ira. (2022). UPAYA MENCEGAH PERILAKU PERUNDUNGAN MELALUI PEMAHAMAN BRAHMAVIHĀRA MAHASISWA STAB KERTARAJASA. *Jurnal Pencerahan*. 15(2), 53.
https://www.researchgate.net/publication/369547897_THE_EFFORTS_TO_PREVENT_BULLYING_BEHAVIOR_THROUGH_UNDERSTANDING_BRAHMAVIHARA_STUDENTS_OF_KERTARAJASA_BUDDHIS_COLLEGE

- Fitriyah, A. (2024, February 28). Dosen Psikologi UNAIR Ungkap Pentingnya Tindakan Asertif untuk Mengatasi Bullying. Universitas Airlangga.
- Ikandani, A. (2022, June 21). UNAIR Paparkan Penyebab Perilaku dan Cara Menangani Bullying pada Remaja. Universitas Airlangga.
- Marie-Claire Kuja. (2014, Maret 22). The impact of words on self-esteem. World Pulse. <https://www.worldpulse.org/story/the-impact-of-words-on-selfesteem-20827>
- Nurmayani, Siti Putri. (2023, September 24). 7 Dampak Bullying bagi Psikologis Korban dan Pelaku. <https://www.klikdokter.com/psikologi/kesehatan-mental/dampak-bullying-korban-dan-pelaku?srsId=AfmBOopemeqxx-9ZB3utKcX29I10931UpuxyyTnyAdIIJ7-GMRYyjF1>
- Putri, S. R. A. (2020). Fenomena Verbal Bullying Di Masyarakat Pedawang. (Skripsi Sarjana, Universitas Muria Kudus). <https://eprints.umk.ac.id/id/eprint/15008>
- Penelitian psikologi, bullying dan empati <https://jurnal.ugm.ac.id/buletinpsikologi/article/download/11947/880>
- Tantra, Manggala Wiriya. (2021). POLITIK DALAM PANDANGAN AGAMA BUDDHA. Jurnal Agama Buddha dan Ilmu Pengetahuan, 2(1), 90-91. <https://radenwijaya.ac.id/jurnal/index.php/ABIP/article/view/314/230>
- Wardah Fajri. (2013, December 5). Pilihan Kata Bisa Mengubah Fungsi Otak. Kompas. <https://health.kompas.com/read/2013/12/05/1632286/Pilihan.Kata.Bis.a.Mengubah.Fungsi.Otak>.