

BULLYING

ESSAY INI MERUPAKAN TUGAS PROSPEKTIV 2021



MENTOR :

Natasya Kamila

DISUSUN OLEH

Warsiatun	2110111061
Salma Ulayya	2110111170
Sekar Putri Hanum	2110111174
Akmal Rofiq	2110111193
Fadjri Shodiq	2110111258

**FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
JAKARTA, SEPTEMBER 2021**

Bullying dalam bahasa Indonesia dikenal sebagai (“penindasan/risak”) merupakan segala bentuk penindasan atau kekerasan yang dilakukan dengan sengaja oleh satu orang atau sekelompok orang yang lebih kuat atau berkuasa terhadap orang lain, dengan tujuan untuk menyakiti dan dilakukan secara terus menerus. Banyak definisi mengenai bullying, terutama yang terjadi dalam konteks lain seperti di rumah, tempat kerja, masyarakat, dan komunitas virtual. Dalam hal ini kita membahas konteks school bullying atau bullying di sekolah. Riauskina, Djuwita, dan Soesetio (2005) mendefinisikan school bullying sebagai perilaku agresif yang dilakukan berulang-ulang oleh seorang atau sekelompok siswa yang memiliki kekuasaan, terhadap siswa/siswi lain yang lebih lemah, dengan tujuan menyakiti orang tersebut. Kasus bullying yang kerap terjadi dalam dunia pendidikan di Indonesia kian memprihatinkan. Hasil kajian Konsorsium Nasional Pengembangan Sekolah Karakter tahun 2014 menyebutkan, hampir setiap sekolah di Indonesia ada kasus bullying, meski hanya bullying verbal dan psikologis/mental.

Penyebab bullying dapat datang dari sisi korban maupun pelaku. Jika dilihat dari sisi korban, berikut adalah beberapa faktor yang mungkin menyebabkan anak menjadi korban bullying yaitu:

1) Penampilan fisik

Penyebab bullying pertama yang paling umum adalah akibat dari penampilan fisik. Ketika seorang anak memiliki penampilan fisik yang dianggap berbeda dengan anak lain pada umumnya, para bully dapat menjadikannya bahan untuk mengintimidasi anak tersebut. Penampilan fisik yang berbeda dapat meliputi kelebihan atau kekurangan berat badan, menggunakan kaca mata, menggunakan behel, menggunakan pakaian yang dianggap tidak keren seperti anak-anak lainnya.

2) Ras

Perbedaan ras juga sering kali menyebabkan seorang anak terkena bully. Hal ini umumnya terjadi ketika seorang anak dengan ras berbeda memasuki satu lingkungan dan dianggap sebagai minoritas. Beberapa survey dan penelitian juga telah menunjukkan bahwa bullying akibat ras yang berbeda memang cukup sering terjadi.

3) Orientasi seksual

Orientasi seksual seseorang berbeda-beda dan umumnya seorang anak baru menyadari orientasi seksual yang berbeda memasuki usia remaja. Bahkan di beberapa negara yang sudah tidak asing dengan isu LGBT, seseorang yang teridentifikasi sebagai lesbian, gay, dan transgnder sering kali mendapatkan perilaku bully. Hal ini yang membuat seseorang cenderung menyembunyikan orientasi seksualnya.

4) Terlihat lemah

Penyebab bullying lainnya adalah ketika seorang anak dianggap lebih lemah dan terlihat tidak suka melawan. Bullying melibatkan ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan juga

korban. Pelaku tentunya merasa sebagai pihak yang lebih kuat dan dapat mendominasi korban yang lebih lemah.

5) Terlihat tidak mudah bergaul

Selain karena lemah, terlihat tidak mudah bergaul dan memiliki sedikit teman juga menjadi salah satu penyebab menjadi korban bullying. Individu yang terlihat tidak mudah bergaul dan memiliki sedikit teman juga dapat terlihat lebih lemah dan membuat bully berpikir dapat mendominasi mereka. Sekelompok bully juga berpotensi melakukan bully pada kelompok yang dianggap lebih lemah dari kelompok mereka.

Jika dilihat dari sisi pelaku, Berikut adalah beberapa penyebab bully dari sisi pelaku:

1) Memiliki masalah pribadi

Salah satu pemicu seseorang menjadi bully adalah karena memiliki masalah pribadi yang membuatnya tidak berdaya di hidupnya sendiri. Pada anak-anak, penyebab seperti perkelahian berlebihan di rumah, perceraian orang tua, atau adanya anggota keluarga yang menjadi pecandu narkoba dan alkohol dapat memicu hal ini. Sedangkan pada orang dewasa, masalah dengan pasangan juga bisa menjadi salah satu pemicu munculnya perasaan tidak berdaya. Bullying baik verbal ataupun fisik yang dilakukan bertujuan untuk menunjukkan individu tersebut memiliki kekuatan. Sehingga rasa tidak berdaya tersebut dapat ditutupi.

2) Rasa iri pada korban

Penyebab bullying selanjutnya adalah karena rasa iri pelaku pada korban. Rasa iri ini bisa muncul akibat korban memiliki hal yang sebenarnya sama istimewanya dengan sang pelaku. Pelaku mengintimidasi korban agar korban tidak akan lebih menonjol dari dirinya sendiri. Selain tidak ingin orang lain menonjol, seseorang juga mungkin melakukan bully untuk menutupi jati dirinya sendiri. Contohnya seperti anak pintar yang tidak ingin disebut 'kutu buku', sehingga ia lebih dulu menyebut temannya yang pintar sebagai kutu buku.

3) Kurangnya pemahaman

Kurangnya pemahaman dan empati juga dapat menimbulkan perilaku bullying. Ketika seorang anak melihat anak lain berbeda dalam hal seperti ras, agama, dan orientasi seksual, karena kurangnya pemahaman, maka mereka beranggapan bahwa perbedaan tersebut adalah hal yang salah. Mereka juga beranggapan bahwa menjadikan anak yang berbeda tersebut sebagai sasaran adalah hal yang benar.

4) Mencari perhatian

Terkadang pelaku tidak menyadari bahwa yang dilakukannya termasuk ke dalam penindasan, karena sebenarnya apa yang dilakukannya adalah mencari perhatian. Jenis yang satu ini paling

mudah untuk diatasi. Caranya adalah dengan memberikannya perhatian yang positif sebelum pelaku mencari perhatian dalam dengan cara yang negatif.

5) Kesulitan mengendalikan emosi

Anak yang kesulitan untuk mengatur emosi dapat berpotensi menjadi pelaku. Ketika seseorang merasa marah dan frustrasi, perbuatan menyakiti dan mengintimidasi orang lain bisa saja dilakukan. Jika sulit untuk mengendalikan emosi, maka masalah kecil saja dapat membuat seseorang terprovokasi dan meluapkan emosinya secara berlebihan.

6) Berasal dari keluarga yang disfungsional

Tidak semua anak dari keluarga disfungsional akan menjadi pelaku bullying, namun hal ini kerap terjadi. Sebagian besar pelaku adalah anak yang merasa kurang kasih sayang dan keterbukaan dalam keluarganya. Mereka kemungkinan juga sering melihat orang tuanya bersikap agresif terhadap orang-orang di sekitarnya.

Bullying dapat terjadi dimana saja dan oleh siapa saja. Kadang masyarakat tidak sadar bahwa mereka melakukan tindakan *bullying* kepada orang lain dan menganggap hal tersebut hanya bercandaan. *Bullying* memiliki beberapa jenis yang harus kita ketahui.

Pertama, perundungan fisik yaitu mengacu pada penggunaan kekuatan oleh pelaku perundungan menurut teori yang dikemukakan oleh (Rosen, DeOrnellas, & Scott, 2017). Contoh perundungan fisik seperti memukul, menendang, menampar, mendorong, mencubit, dan menarik.

Kedua, perundungan verbal yaitu perilaku *bully* yang dilakukan secara verbal atau ucapan (Dupper, 2013). Contoh perundungan verbal yaitu melakukan *labelling*, memanggil nama teman dengan plesetan nama orang tua, mengancam, mengejek, mencemooh, dan menghina.

Ketiga, perundungan relasional yaitu perundungan secara emosional seperti mengasingkan seseorang, menertawakan, mengancam, mengucilkan, dan mencibir.

Keempat, *Cyber Bullying* yaitu perundungan dengan memanfaatkan media sosial, seperti memberikan *hate comment* di media sosial, menghina orang lain di media sosial, membuat berita palsu mengenai orang lain, mengirimkan kata-kata makian atau tidak baik melalui media sosial, zaman sekarang ini dengan perkembangan teknologi yang sudah maju, masyarakat mulai dari anak-anak sampai orang tua sudah dapat mengakses internet dan media sosial dengan mudah. Bermain media sosial tentunya harus memiliki edukasi terdahulu, agar dapat terhindar dari hal-hal yang tidak menyenangkan, dan kita harus belajar menghargai orang lain serta menjaga bahasa yang sopan jika ingin berkomentar di media sosial.

Jenis *Bullying* di atas merupakan hal yang harus kita hindari, jika kita melihat ada orang di sekitar kita yang melakukan salah satu jenis perundungan tersebut, kita harus menegur dan menasihati bahwa hal tersebut salah dan tidak boleh dilakukan. Jika kita menemukan di sekitar kita yang termasuk korban *bullying* maka temani dia, ajak berbicara, karena korban *bullying* dapat memiliki

perasaan kesepian, lelah mental, kurangnya semangat dan yang paling parah dapat memungkinkan untuk memiliki gangguan mental bahkan sampai melukai diri sendiri.

Dampak bullying dapat mengancam setiap pihak yang terlibat, baik anak-anak yang di-bully, anak-anak yang mem-bully, anak-anak yang menyaksikan bullying, bahkan sekolah dengan isu bullying secara keseluruhan. Bullying dapat membawa pengaruh buruk terhadap kesehatan fisik maupun mental anak. Pada kasus yang berat, bullying dapat menjadi pemicu tindakan yang fatal, seperti bunuh diri dan sebagainya. Dampak dari bullying adalah:

a) Dampak bagi korban

- Tertekan psikisnya (kejiwaannya).
- Rendahnya tingkat kehadiran dan penurunan prestasi akademik siswa.
- Pergaulan social tertanggu, seperti minder, menyendiri, pendiam dan tertutup
- Menurunnya skor tes kecerdasan (IQ) dan kemampuan analisis siswa dalam belajar

b) Dampak bagi pelaku.

Pelaku memiliki rasa percaya diri yang tinggi dengan harga diri yang tinggi pula, cenderung bersifat arogan dan agresif dengan perilaku yang pro terhadap kekerasan, tipikal orang nya berwatak keras, dan mudah marah. Memiliki kebutuhan kuat untuk mendominasi orang lain dan kurang berempati terhadap targetnya. Dengan melakukan bullying, pelaku akan beranggapan bahwa mereka memiliki kekuasaan terhadap keadaan. Jika dibiarkan terus menerus tanpa intervensi, perilaku bullying ini dapat menyebabkan terbentuknya perilaku lain berupa kekerasan terhadap anak dan perilaku kriminal lainnya.

c) Dampak bagi siswa lain yang menyaksikan bullying (bystanders).

Jika bullying dibiarkan tanpa tindak lanjut, maka para siswa lain yang menjadi penonton dapat berasumsi bahwa bullying adalah perilaku yang diterima secara sosial. Dalam kondisi ini, beberapa siswa mungkin akan bergabung dengan penindas karena takut menjadi sasaran berikutnya.

Jika kita melihat peristiwa bullying terjadi terhadap kita ataupun orang terdekat, kita harus mengambil tindakan untuk menyikapi peristiwa bullying tersebut. Hal-hal yang dapat dilakukan dalam menyikapi bullying, yaitu:

- Menceritakan peristiwa bullying pada orang dewasa yang dapat dipercaya.
Ceritakan pada orang tua maupun guru yang memiliki otoritas untuk menindaklanjutinya.
- Abaikan penindas dan jauhi.
Seperti yang disebutkan sebelumnya, penindas akan merasa senang apabila mendapatkan reaksi seperti yang dia inginkan.
- Tingkatkan keberanian dan rasa percaya diri.

- Tunjukkan pada lingkungan sekitar bahwa Anda bukan orang yang lemah dan mudah untuk ditindas. Bicara pada pelaku. Tunjukkan bahwa apa yang dilakukan pelaku bukan hal yang baik dan bahkan berbahaya.
- Bantu teman yang menjadi korban. Jika menyaksikan perilaku bully, jangan diam saja dan cobalah untuk memberi dukungan pada korban.

Mengingat dampak negatif bullying yang sangat berbahaya bagi seseorang baik secara fisik maupun psikis, bullying harus dicegah. Dalam hal ini, orangtua berperan penting untuk mencegah anak mereka dari sikap membully ataupun dibully. Tindakan yang dapat dilakukan oleh para orangtua untuk mencegah bullying antara lain:

- **Memulai dari Rumah**

Bicarakan dengan anak Anda tentang apa yang membentuk persahabatan yang sehat dan apa yang tidak. Walaupun penelitian menunjukkan bahwa orang tua seringkali menjadi orang terakhir yang mengetahui kapan anak mereka ditindas atau ditindas orang lain, Anda dapat mematahkan tren itu dengan berbicara dengan anak-anak Anda setiap hari tentang kehidupan sosial mereka.

Ajukan pertanyaan terbuka tentang dengan siapa mereka makan siang, apa yang mereka lakukan saat istirahat dan apa yang terjadi di bus atau dalam perjalanan pulang dari sekolah.

- **Pelajari Tanda Peringatan**

Banyak anak tidak memberi tahu siapa pun ketika mereka telah diganggu. Akibatnya, Anda harus bisa mengenali tanda-tanda yang mungkin bahwa anak Anda ditindas.

Keluhan sakit perut, menghindari kegiatan sekolah dan nilai yang turun adalah bendera merah bahwa sesuatu sedang terjadi. Selain itu, anak-anak yang diintimidasi dapat mengalami perubahan suasana hati, kepribadian, kebiasaan makan dan kebersihan.

- **Tanamkan Kebiasaan Sehat**

Sangat penting untuk menanamkan pola pikir anti-intimidasi. Tetapi ini termasuk lebih dari sekadar mengajar anak Anda untuk tidak memukul, mendorong, atau menggoda anak-anak lain.

Anak-anak harus belajar bahwa bersikap kritis, menghakimi, membuat lelucon yang menyakitkan, dan menyebarkan desas-desus juga tidak sehat dan merupakan bullying. Juga tidak pernah terlalu dini untuk mengajar anak-anak Anda tentang perilaku online yang bertanggung jawab. Cyberbullying adalah masalah besar di antara anak-anak saat ini.

➤ Berdayakan Anak Anda

Pada pelaku intimidasi dengan suara keras untuk berhenti. Anda juga harus mengajari anak-anak Anda cara melaporkan intimidasi ketika mereka menyaksikannya.

Penelitian menunjukkan bahwa kebanyakan anak merasa tidak berdaya untuk membantu ketika mereka melihat orang lain diganggu. Lengkapi mereka dengan ide-ide tentang bagaimana menangani situasi sulit ini.

➤ Mengetahui Kebijakan Sekolah Anak

Penting untuk memiliki pemahaman yang kuat tentang bagaimana intimidasi ditangani di sekolah anak Anda. Anda tidak hanya akan tahu orang yang harus dihubungi jika terjadi sesuatu, tetapi Anda juga akan memiliki harapan yang jelas tentang bagaimana situasi tersebut dapat ditangani.

➤ Laporkan Insiden Bullying

Hubungi staf sekolah dan minta bertemu langsung dengan mereka jika anak Anda diganggu. Dengan mengadakan pertemuan tatap muka, Anda menunjukkan bahwa Anda berkomitmen untuk menyelesaikan masalah ini.

Anda juga mungkin ingin mendokumentasikan semua insiden intimidasi kalau-kalau situasinya meningkat dan penegakan hukum atau sumber luar lainnya perlu dihubungi.

➤ Jadilah Penengah

Meskipun penting untuk menyuarakan dukungan Anda untuk pencegahan intimidasi, penting juga untuk menawarkan waktu Anda.

Relawan untuk bekerja dengan guru anak Anda atau penasihat sekolah Anda untuk mengembangkan program anti-intimidasi. Jika sekolah Anda sudah memiliki program, tawarkan bantuan ketika acara dan penggalangan dana diadakan.

➤ Ajak Orang Tua Lain

Ketika banyak orang tua berkomitmen pada pencegahan intimidasi, program sekolah akan lebih berhasil. Bentuk sekelompok orang tua yang termotivasi untuk membantu Anda mengatasi masalah ini. Bertemu secara teratur untuk bertukar ide. Kemudian, bagikan ide-ide Anda dengan pejabat sekolah yang tepat dan tawarkan untuk membantu mengimplementasikan ide-ide tersebut.

➤ **Habiskan Waktu di Sekolah**

Terima peluang untuk menjadi sukarelawan di acara sekolah dan siang hari jika jadwal Anda memungkinkan.

Anak-anak Anda mungkin kurang mendapatkan pengawasan di taman sekolah dan selama makan siang. Kadang-kadang hanya memiliki tambahan orang dewasa di sekitar sudah cukup untuk mencegah bullying.

➤ **Minta sekolah untuk mensponsori Program Pencegahan Bullying**

Anda dapat memberi usul penggalangan dana untuk membangun kesadaran akan bullying di sekolah. Ingat, intimidasi bukanlah bagian normal dari masa kanak-kanak. Bullying mempengaruhi semua orang. Tetapi sebagai orang tua, Anda memiliki kekuatan untuk melakukan sesuatu.

DAFTAR PUSTAKA

Amiirhana Mayasari, Syamsul Hadi, Dedi Kuswandi (2019). Tindakan Perundungan di Sekolah Dasar dan Upaya Mengatasinya. <http://journal.um.ac.id/index.php/jptpp/article/view/12206/5727>

<https://doktersehat.com/bullying/>

<https://www.ciputramedicalcenter.com/10-cara-mencegah-bullying-sekolah/>