

PEMAHAMAN MENGENAI *BULLYING* DAN PENCEGAHANNYA

**KARYA TULIS INI MERUPAKAN TUGAS
PROSPEKTIV UPN “VETERAN” JAKARTA 2021**



MENTOR:

MATILDA NARENDRANINGTYAS

DISUSUN OLEH KELOMPOK 11 KEPULAUAN NATUNA:

AKMAL ROFI FAUZAN	2110116079
FARIDA AMALIA	2110116038
INDIRA FADHILLA PUTRI	2110116066
MOH NUR AFDHAL DZIKRA	2110116001
RIZKI ALAM SYAH	2110116070

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

ABSTRACT

This paper provides information about bullying and its prevention efforts. The purpose of this paper is to provide a broader and deeper understanding of bullying and its prevention efforts, and also so that the community will not carry out bullying cases again in the future. Bullying is a case of oppression carried out by individuals or groups against a victim who usually has physical or mental deficiencies, causing physical and mental violence experienced by a victim. Cases of bullying often occur in the school environment and also in the general public. The cause of this bullying case is usually because of the ridicule of the perpetrator to the victim which will be followed by acts of physical violence. This case of bullying can be prevented by many parties, especially students. This prevention effort can be through the application of a system on oneself to have a brave mentality, never give up, be confident, and also be honest. For other parties themselves, they can make prevention efforts by conducting socialization about what bullying is and its effects, and it can also be through the application of CCTV at several school points or public places as prevention material and evidence if such bullying cases occur. Therefore, this bullying must be overcome by several ways that can be done by the police, Komnas HAM or from the government itself, especially for educational institutions, both schools and universities. Efforts that can be made to overcome this are by giving strict punishments to the perpetrators, either in the form of social sanctions or legal sanctions if the case has violated existing laws. We as the next generation of the nation must stay away from things related to bullying and must unite and have the nature and attitude of helping each other, loving, and teaching fellow human beings. We must be the figure of the next generation of our previous heroes who have an attitude of working hand in hand in terms of goodness, for the sake of creating a country that is safe, peaceful, peaceful, and just for all its people. As an educated young generation, it is not allowed to touch and apply bullying behavior, because the impact is not only for the victims, but for the perpetrators will have a very, very large impact later, both in the form of social sanctions and legal sanctions. We as authors hope that this bullying case in Indonesia will soon run aground and the public will be aware of the impact that this bullying will have, so that the country of Indonesia will become a safe country from bullying cases.

Keywords: Bullying, Perpetrators, Victims, Prevention.

ABSTRAK

Dalam karya tulis ini memberikan informasi seputar *bullying* beserta upaya pencegahannya. Tujuan dari karya tulis ini adalah memberikan pemahaman yang lebih luas dan mendalam lagi soal *bullying* beserta upaya-upaya pencegahannya, dan juga agar masyarakat tidak akan melakukan kasus *bullying* lagi untuk kedepannya. *Bullying* ini merupakan suatu kasus penindasan yang dilakukan oleh individu ataupun kelompok terhadap seorang korban yang biasanya memiliki kekurangan fisik atau mental, sehingga menyebabkan kekerasan fisik dan mental yang dialami oleh seorang korban. Kasus *bullying* ini seringkali terjadi di lingkungan sekolah dan juga di lingkungan masyarakat umum. Penyebab dari kasus *bullying* ini biasanya karena adanya ejekan pelaku kepada korban yang akan dilanjutkan dengan aksi kekerasan fisik. Kasus *bullying* ini dapat dicegah oleh banyak pihak, khususnya para pelajar. Upaya pencegahannya ini bisa melalui penerapan sistem pada diri sendiri untuk memiliki mental berani, pantang menyerah, percaya diri, dan juga jujur. Untuk pihak lainnya itu sendiri dapat melakukan upaya pencegahan dengan melakukan sosialisasi tentang apa itu *bullying* beserta dampaknya, dan juga bisa melalui penerapan cctv di beberapa titik sekolah ataupun tempat umum sebagai bahan pencegahan dan alat bukti jika terjadinya kasus *bullying* seperti demikian. Oleh sebab itu, *bullying* ini harus segera diatasi oleh beberapa cara yang bisa dilakukan pihak instansi kepolisian, Komnas HAM ataupun dari pihak pemerintah itu sendiri, khususnya untuk instansi pendidikan baik sekolah ataupun universitas. Upaya yang bisa dilakukan untuk mengatasi hal tersebut adalah dengan memberikan hukuman yang tegas kepada pelaku, baik berupa sanksi sosial ataupun sanksi hukum jika kasus tersebut sudah melanggar undang-undang yang ada. Kita sebagai generasi penerus bangsa harus menjauhi hal-hal yang berkaitan dengan *bullying* dan harus bersatu dan memiliki sifat dan sikap saling tolong menolong, menyayangi, dan megajarkan terhadap sesama manusia. Kita harus menjadi sosok generasi penerus para pahlawan terdahulu kita yang memiliki sikap saling bahu membahu dalam hal kebaikan, demi terciptanya negaranya yang aman, damai, tentram, dan adil bagi seluruh rakyatnya. Sebagai generasi muda terpelajar, tidak diperbolehkan untuk menyentuh dan menerapkan perilaku *bullying*, karena dampaknya bukan hanya untuk para korban, tetapi untuk pelaku pun akan memiliki dampak yang sangat amat besar nantinya, baik berupa sanksi sosial maupun sanksi hukum. Kami sebagai penulis berharap kasus *bullying* di Indonesia ini akan segera kandas dan masyarakat dapat sadar akan dampak yang akan ditimbulkan dari kasus *bullying* ini, sehingga negara Indonesia menjadi negara yang aman dari kasus *bullying*.

Kata kunci: *Bullying, Pelaku, Korban, Pencegahan.*

A. PENDAHULUAN

Bullying merupakan salah satu tindakan negatif yang dilakukan oleh sekelompok atau individu yang dilakukan secara terus menerus dari waktu ke waktu terhadap korban yang tidak dapat mempertahankan dirinya (Soetjipto, 2012). Dikutip dari situs UNICEF, *bullying* adalah pola perilaku, bukan insiden yang terjadi sekali-kali. Anak-anak yang melakukan *bullying* biasanya berasal dari status sosial atau posisi kekuasaan yang lebih tinggi, seperti anak-anak yang lebih besar, lebih kuat, atau dianggap populer sehingga dapat menyalahgunakan posisinya. Dengan demikian, rata-rata pelaku *bullying* adalah anak yang berasal dari keluarga berkecukupan yang merasa kualitas hidupnya lebih baik daripada anak yang terkena *bullying*.

Belakangan ini kasus *bullying* sering terjadi, tidak hanya di lingkungan masyarakat, *bullying* juga terjadi di lingkungan pendidikan yang membuat berbagai pihak semakin prihatin tak terkecuali komisi perlindungan anak. Anak-anak yang paling sering terkena kasus *bullying* sebagai korban ialah anak yang berasal dari masyarakat yang terpinggirkan, anak-anak dari keluarga berpenghasilan rendah, anak-anak dengan penampilan atau ukuran tubuh yang berbeda dengan anak pada umumnya, anak-anak penyandang disabilitas, atau anak-anak migran dan pengungsi.

Bullying tidak hanya terjadi secara langsung atau *offline*, *bullying* sekarang juga dapat terjadi secara online atau yang biasa disebut *Cyberbullying*. *Cyberbullying* dikutip dari situs “*kreditpintar*” adalah salah satu bentuk perundungan (*bullying*) dalam dunia maya. Dengan kata lain, pelaku menggunakan teknologi digital sebagai sarana untuk merundung orang lain. Dari segi hukum, *cyberbullying* merupakan kejahatan dalam bentuk cemooh, kata-kata kasar, pelecehan, ujaran bernada ancaman/hinaan.

Cyberbullying terjadi tidak jauh dari media sosial. *Cyberbullying* sering terjadi melalui SMS/teks atau pesan instan, email, atau media *online* tempat anak-anak berinteraksi. Ketidaktahuan orang tua mungkin menjadi penyebab kenapa *bullying* di media sosial sering terjadi. Untuk itu peran orangtua dalam hal pengawasan terhadap anak ketika bermain *handphone* sangatlah penting.

Kasus *cyberbullying* sendiri di Indonesia terbilang cukup tinggi, dalam sehari setidaknya terdapat 25 laporan kasus. Dikutip dari situs “*kreditpintar*”, jika dihitung dari 2018, mengambil data dari KPAI bahwa jumlah anak yang menjadi korban *cyberbullying* telah mencapai 22,4%. Bahkan Indonesia menjadi negara dengan kasus *cyberbullying*

tertinggi di dunia. Hasil penelitian APJII menyatakan bahwa 49% dari 5.900 responden menjadi korban *cyberbullying*. Tingginya persentase ini tidak lepas dari kemajuan teknologi dan kurangnya pengawasan orangtua. Jika sebelumnya beberapa kasus *cyberbullying* banyak menimpa *public figure*, kini masyarakat biasa pun dapat menjadi korbannya.

B. PEMAHAMAN MENGENAI *BULLYING* DAN PENCEGAHANNYA

Bullying berasal dari kata *Bully*, yaitu suatu kata yang mengacu pada pengertian adanya “ancaman” yang dilakukan seseorang terhadap orang lain (yang umumnya lebih lemah atau “rendah” dari pelaku), yang menimbulkan gangguan psikis bagi korbannya (korban disebut *bully boy* atau *bully girl*) berupa stress (yang muncul dalam bentuk gangguan fisik atau psikis, atau keduanya; misalnya susah makan, sakit fisik, ketakutan, rendah diri, depresi, cemas, dan lainnya). Apalagi *Bullying* biasanya berlangsung dalam waktu yang lama (tahunan) sehingga sangat mungkin mempengaruhi korban secara psikis. Sebenarnya selain perasaan-perasaan di atas, seorang korban *Bullying* juga merasa marah dan kesal dengan kejadian yang menimpa mereka. Ada juga perasaan marah, malu dan kecewa pada diri sendiri karena “membiarkan” kejadian tersebut mereka alami. Namun mereka tak kuasa “menyelesaikan” hal tersebut, termasuk tidak berani untuk melaporkan pelaku pada orang dewasa karena takut dicap penakut, tukang ngadu, atau bahkan disalahkan. Dengan penekanan bahwa *bullying* dilakukan oleh anak usia sekolah, perlu dicatat bahwa salah satu karakteristik anak usia sekolah adalah adanya egosentrisme (segala sesuatu terpusat pada dirinya) yang masih dominan. Sehingga ketika suatu kejadian menimpa dirinya, anak masih menganggap bahwa semua itu adalah karena dirinya. *Bullying* sepertinya sudah menjamur dikalangan anak sekolah. Baik antar teman, kakak kelas dan adik kelas, bahkan guru sekalipun tidak terlepas dari perilaku *bullying* ini.

Bullying adalah penindasan berulang, psikologis atau fisik, dari orang yang kurang kuat oleh orang yang lebih kuat. Prevalensi *bullying* oleh dan pada anak sekolah cukup tinggi. Dalam beberapa penelitian, sekitar setengah dari anak-anak adalah pengganggu, dan lebih dari setengahnya adalah korban. Anak laki-laki lebih sering melakukan intimidasi daripada anak perempuan, tetapi anak laki-laki dan perempuan sama-sama menjadi korban. Umumnya, pengganggu ini memiliki sifat agresif, tangguh, kuat, percaya diri, dan impulsif. Korban ini umumnya adalah orang yang tidak populer, kesepian, ditolak, cemas, tertekan, tidak mau membalas, dan kurang percaya diri. *Bullying* terjadi

terutama di tempat dan waktu di mana pengawasan dan pengawasan orang dewasa sangat minim.

Bullying di kalangan anak sekolah tentu merupakan fenomena yang sudah sangat tua. Fakta bahwa beberapa anak sering dan sistematis dilecehkan dan diserang oleh anak-anak lain telah dijelaskan dalam karya sastra, dan banyak orang dewasa memiliki pengalaman pribadi dari hari-hari sekolah mereka sendiri. Meskipun banyak yang mengetahui masalah pengganggu ataupun korban, pada awal 1970-an, upaya yang dilakukan untuk mempelajarinya cukup sistematis (Olweus, 1973a, 1978). Untuk waktu yang cukup lama, upaya ini sebagian besar terbatas pada *Skandinavia*. Namun, pada 1980-an dan awal 1990-an, *bullying* di kalangan anak sekolah telah mendapat perhatian publik di Jepang, Inggris, Australia, Amerika Serikat, dan negara-negara lain termasuk Indonesia ini sendiri.

Bullying sekarang diakui secara luas sebagai masalah serius yang mempengaruhi banyak anak di sekolah. Ini dapat mengambil banyak bentuk, termasuk pelecehan verbal dan fisik langsung dan bentuk tidak langsung seperti pengucilan yang disengaja dan penargetan individu yang menggunakan teknologi *cyber*. *Bullying* yang terus-menerus dan parah dapat menyebabkan kerusakan jangka pendek dan jangka panjang, sehingga menyulitkan korban untuk membentuk hubungan intim dengan orang lain dan bagi pelaku intimidasi untuk menghindari mengikuti gaya hidup nakal dan menjadi pelaku kekerasan dalam rumah tangga. Meskipun jenis pelecehan ini mempengaruhi banyak anak sekolah kita, ada banyak cara yang efektif untuk menangani kasus-kasus ketika itu benar-benar terjadi. Menggunakan studi terkini, *Bullying in Schools* membantu kita memahami sifat *bullying* dan mengapa hal itu sering terjadi di sekolah. Hal terpenting itu terdapat pada hubungan teman sebaya yang lebih positif dalam komunitas sekolah dan mengambil tindakan yang efektif dan berkelanjutan untuk menangani masalah yang mungkin timbul. Guru, dosen, tenaga pendidik lainnya, orang tua, pemimpin sekolah, pembuat kebijakan, dan profesional kesehatan harus turut serta dalam kasus ini dan tidak melakukan pemberdayaan.

Bullying memang telah menjadi isu sosial sejak lama, baik di lingkungan sekolah, kuliah, kerja, maupun masyarakat, *bullying* kerap ditemukan. *Bullying* dapat disebabkan oleh berbagai faktor, tetapi faktor yang paling sering ditemukan adalah karena adanya perbedaan yang mencolok dari satu individu dengan individu lain disekitarnya. Perbedaan

tersebut dapat meliputi perbedaan fisik, perbedaan kedudukan sosial, dan lain-lain. Hal ini dikarenakan masih banyak masyarakat yang masih sulit untuk menerima perbedaan antar satu dengan lainnya. Penjelasan ilmiah mengatakan bahwa dorongan suatu individu melakukan *bullying* diantaranya adalah karena adanya keinginan untuk menjadi lebih dominan. Pelaku *bullying* dalam beberapa situasi sering merasa memiliki kedudukan yang lebih tinggi dibandingkan para korban. Terlebih lagi dengan para korban yang kurang memiliki rasa percaya diri atau takut untuk melawan, hal itu menyebabkan para pelaku makin senang dan juga menganggap lemah para korban. Para pelaku biasanya juga menginginkan agar orang disekitarnya hanya memperhatikan kelebihan yang dia miliki, tanpa memperhatikan kekurangan yang dimilikinya.

Terdapat beberapa kasus yang juga ditemukan bahwasannya pelaku tidak merasa melakukan *bullying* kepada korban. Hal ini dikarenakan aksi ataupun kata-kata yang dilontarkan hanya dianggap sebagai bahan bercanda saja. Tanpa mereka sadari itu korban *bullying* dapat merasa tertekan hingga mengalami trauma yang cukup dalam atas aksi *bullying* yang sering diberikan kepadanya. Hal tersebut tentunya dapat menurunkan rasa percaya diri korban dan akan berdampak pada kesehatan mental korban kedepannya. Korban *bullying* juga dapat kesulitan dalam bersosialisasi dengan lingkungan sekitar, serta dapat merasa kesulitan dalam menemukan jati dirinya. Tentunya hal ini akan sangat berbahaya untuk jangka waktu yang panjang kedepannya.

Penindasan di sekolah adalah fenomena luas yang sebagian besar telah diabaikan oleh penyelidik profesional. Ini sering menjadi masalah terselubung, tetapi begitu dimasukkan ke dalam konteks interaksi sosial, sekolah dapat meresponnya dengan cara yang produktif. Respon multifaktorial adalah yang terbaik, dan pencegahan jauh lebih baik daripada manajemen krisis. Salah satu tindakan pencegahan yang paling efektif adalah respons tim oleh semua guru untuk memastikan respons dua kali lipat. *Bullying* harus dihentikan dan tindakan tegas harus diambil untuk memastikan keselamatan korban. Kemudian perilaku sosial pelaku intimidasi dan korban harus dianalisis dan diubah. Harus adanya eksplorasi tentang bagaimana memahami *bullying*, mempertimbangkan pengganggu, korban, faktor keluarga, dan perilaku sosial yang terlibat. Selanjutnya dibutuhkan ulasan tentang apa yang harus dilakukan tentang *bullying*, dengan fokus pada peran sekolah, pencegahan, perlindungan, dan orang tua sebagai mitra, dan menyajikan beberapa studi kasus intervensi yang berhasil.

Bullying sering terjadi pada beberapa anak yang tidak memiliki keberanian untuk *speak up* (berbicara tentang suatu hal buruk yang ia rasakan) ke orang-orang sekitarnya, hal itu yang menjadi penyebab terkadang *bullying* menjadi suatu fenomena yang diwajarkan dalam sebuah institusi. Biasanya pelaku *bullying* akan melihat terlebih dahulu tentang siapa yang dapat mereka *bully*, mereka tidak akan membully orang-orang yang sekiranya bisa membahayakan mereka, contohnya seperti anak guru, anak orang kaya, anak pejabat, atau anak-anak donatur sekolahnya. *Bullying* sering dianggap sebagai aktivitas yang wajar terjadi ketika anak-anak baru melakukan kegiatan masa orientasi, yang mana hal ini seringkali dilakukan oleh kakak kelas atau kakak tingkat mereka sendiri yang melakukan aksi *bullying* tersebut. Sejumlah oknum kakak kelas memiliki anggapan bahwa jika adik kelas harus merasakan apa yang telah mereka rasakan di tahun sebelumnya. Namun, tanpa disadari hal ini dapat menjadi kebiasaan yang diwajarkan pada setiap tahun pada masa orientasi sekolah. Perilaku seperti demikian jika tidak dihentikan dapat membuat anak-anak menjadi trauma dan tentunya akan memiliki rasa dendam tersendiri yang amat besar, terutama untuk anak-anak yang tidak memiliki keberanian untuk *speak up*. Seharusnya, sesama anak sekolah dari satu instansi pendidikan, kita harus bisa saling menyayangi dan melindungi satu sama lainnya tanpa melihat batasan umur, status social, dan juga perbedaan mengenai hal lainnya. *Bullying* harus segera ditangani bersama sebelum terjadi lebih banyak kasus lain lagi di lingkungan sekolah maupun di lingkungan masyarakat umum.

Bullying dapat menimbulkan dampak yang berbahaya dan jangka panjang bagi anak-anak. Selain efek fisik dari *bullying*, anak-anak dapat mengalami masalah kesehatan mental dan emosional, termasuk depresi dan kecemasan, yang dapat menyebabkan penyalahgunaan narkoba dan penurunan prestasi di sekolah. Tidak seperti *bullying* secara langsung, *cyberbullying* dapat menjangkau korban di mana saja, kapan saja. Hal ini dapat menyebabkan bahaya besar, karena dapat dengan cepat menjangkau khalayak luas dan meninggalkan jejak permanen secara online untuk semua yang terlibat di dalamnya.

Meski disebut sebagai tempat belajar, tempat bersosialisasi, dan tempat mengenal budi pekerti, sekolah juga berpotensi menjadi tempat merebaknya kasus *bullying*. Setiap warga sekolah, dalam lokasi tertentu, berpotensi menjadi pelaku, maupun korban *bullying*. *Bullying* di sekolah, dapat dilakukan oleh, guru kepada siswa, orang dewasa di lingkungan sekolah (staf tata usaha, pelaksana harian, atau petugas keamanan sekolah non guru), siswa senior kepada juniornya, atau siswa dengan sebayanya. Dalam berbagai aktivitas di

sekolah, setiap warga sekolah, baik itu guru, karyawan, maupun siswa, selalu terlibat untuk ikut serta di dalamnya. Meski bertujuan mendidik, tidak jarang beberapa dari aktivitas ini memicu munculnya konflik yang berujung pada suatu bentuk tindakan *bullying*. Untuk diketahui bersama, ada beberapa jenis *bullying* yang mungkin dapat terjadi di lingkungan sekolah, yaitu:

1. *Bullying* verbal

Bullying jenis ini biasanya terlontar melalui kata-kata yang tidak menyenangkan. Dapat berupa ejekan, umpatan, cacian, makian, celaan, serta fitnah. Semua jenis ungkapan berupa kata-kata yang bersifat menyakiti orang lain, merupakan bentuk *bullying* verbal.

2. *Bullying* fisik

Berbicara mengenai fisik, hal ini terkait erat dengan fisik atau tubuh seseorang. *Bullying* fisik merupakan bentuk kekerasan yang terjadi dengan menyakiti fisik seseorang. Bentuk kekerasan ini dapat berupa tendangan, pukulan, tamparan, atau meludahi seseorang.

3. *Bullying* relasional

Di sekolah, *bullying* relasional terjadi karena muncul kelompok-kelompok tertentu yang berseberangan dengan kelompok atau individu lain, sehingga muncul pengucilan terhadap seseorang yang dianggap berseberangan, selain dikucilkan, seorang siswa yang dianggap “berbeda” dengan kebanyakan siswa di sekolah akan diabaikan, dicibir, dengan segala hal yang dapat membuat siswa tersebut diasingkan dari kelompoknya.

Ciri-ciri yang harus diperhatikan oleh orang tua dan orang sekitarnya terhadap korban *bullying* diantaranya adalah:

1. Enggan untuk pergi sekolah
2. Sering sakit secara tiba-tiba
3. Mengalami penurunan nilai
4. Barang yang dimiliki hilang atau rusak
5. Mimpi buruk atau bahkan sulit untuk terlelap
6. Rasa amarah dan benci semakin mudah meluap dan meningkat
7. Sulit untuk berteman dengan teman baru
8. Memiliki tanda fisik, seperti memar atau luka

Jika menemukan ciri-ciri seperti di atas, langkah yang harus dilakukan orang tua diantaranya adalah sebagai berikut.

1. Berbicara dengan orangtua si anak yang melakukan bully terhadap anak Anda
2. Mengingatkan sekolah tentang masalah seperti ini
3. Datangi konseling profesional untuk ikut membantu mengatasi masalah ini

Beberapa hal yang dapat dicermati dalam kasus Bullying adalah seperti berikut.

1. Anak menjadi Korban

Berikut merupakan beberapa tandanya.

- a. Munculnya keluhan atau perubahan perilaku atau emosi anak akibat stres yang ia hadapi karena mengalami perilaku bullying (anak sebagai korban).
- b. Laporan dari guru atau teman atau pengasuh anak mengenai tindakan bullying yang terjadi pada anak.

2. Anak sebagai Pelaku

Berikut merupakan beberapa tandanya.

- a. Anak bersikap agresif, terutama pada mereka yang lebih muda usianya, atau lebih kecil atau mereka yang tidak berdaya (binatang, tanaman, mainan).
- b. Anak tidak menampilkan emosi negatifnya pada orang yang lebih tua, lebih besar badannya atau lebih berkuasa, namun terlihat anak sebenarnya memiliki perasaan tidak senang.
- c. Sesekali anak bersikap agresif yang berbeda ketika bersama anda.
- d. Melakukan tindakan agresif yang berbeda ketika tidak bersama anda (diketahui dari laporan guru, pengasuh, atau teman-teman).
- e. Ada laporan dari guru, pengasuh, teman-temannya bahwa anak melakukan tindakan agresif pada mereka yang lebih lemah atau tidak berdaya.
- f. Anak yang pernah mengalami *bullying* mungkin menjadi pelaku *bullying*.

Berikut ini merupakan beberapa karakter tertentu pada anak yang biasanya menjadi korban *bullying*, diantaranya adalah sebagai berikut.

1. Sulit berteman
2. Pemalu
3. Memiliki keluarga yang terlalu melindungi

4. Dari suku tertentu
5. Cacat atau keterbatasan lainnya
6. Berkebutuhan khusus
7. Sombong
8. Dll.

Anak yang menjadi korban biasanya merasa malu, takut, tidak nyaman. Sehingga untuk membuat ia kembali mampu menjalani kegiatannya sehari-hari seperti biasa, ia harus dibekali dengan “*tools*” yang membuat ia yakin bahwa ia akan mendapatkan pertolongan. Ia harus tahu dan percaya bahwa guru kelas dan temannya akan membantu, kemudian mendapatkan teman selama jam istirahat atau kegiatan di luar kelas. Rasa percaya dirinya kembali dipupuk dengan memusatkan perhatian pada hal-hal yang menjadi kelebihan dan potensinya. Yang terakhir ini biasanya berkenaan dengan sendirinya jika rasa aman sudah kembali dimiliki.

Bullying terjadi ketika seseorang merasa teraniaya, takut, terintimidasi, oleh tindakan seseorang baik secara verbal, fisik atau mental. Ia takut bila perilaku tersebut akan terjadi lagi, dan ia merasa tak berdaya mencegahnya. (Andrew Mellor, antibullying network, univ. of edinburgh, scotland). Perilaku *bullying* di institusi pendidikan bisa terjadi oleh siswa kepada siswa, siswa kepada guru, guru kepada siswa, guru kepada guru, orang tua siswa kepada guru atau sebaliknya, dan antarcivitas akademika di institusi pendidikan/sekolah.

Pada tahun 2006 Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat, kasus kekerasan pada anak mencapai Rp 25 juta, dengan berbagai macam bentuk, dari yang ringan sampai yang berat. Lalu, data BPS tahun 2009 menunjukkan kepolisian mencatat, dari seluruh laporan kasus kekerasan, 30% di antaranya dilakukan oleh anak-anak, dan dari 30% kekerasan yang dilakukan anak-anak, 48% terjadi di lingkungan sekolah dengan motif dan kadar yang bervariasi. Rencana Indonesia sendiri pernah melakukan survei tentang perilaku kekerasan di sekolah. Survei dilakukan di Jakarta, Yogyakarta, Surabaya, dan Bogor, dengan melibatkan 1.500 siswa SMA dan 75 guru. Hasilnya, 67,9% menganggap terjadi kekerasan di sekolah, berupa kekerasan verbal, psikologis, dan fisik. Pelaku kekerasan pada umumnya adalah teman, kakak kelas, adik kelas, guru, kepala sekolah, dan preman di sekitar sekolah. Sementara itu, 27,9% siswa SMA mengaku ikut melakukan kekerasan, dan 25,4% siswa SMA mengambil sikap diam saat melihat terjadi kekerasan. Seperti hal

nya terdapat berbagai bentuk dan jenis *bullying* atau perundungan ini, terdapat pula beragam bentuk upaya pencegahan yang bisa dilakukan oleh beberapa pihak terkait kasus *bullying* ini, diantaranya adalah:

1. Melakukan sosialisasi tentang apa itu *bullying*, beserta dampak dan cara mengatasinya.
2. Menerapkan peraturan yang tegas terhadap pelaku *bullying*.
3. Mengawasi setiap pihak agar tidak melakukan kasus *bullying*.
4. Memberikan pengaman khusus melalui cctv yang dapat dijadikan sebagai pembuktian jika terjadi kasus *bullying*.
5. Memberikan motivasi dan hal-hal yang bersifat mentalitas kepada para siswa untuk berani, jujur, percaya diri, dan tegas dalam melakukan dan menghadapi segala hal yang ada.

Terdapat pula upaya mengatasi kasus *bullying* di Indonesia ini, diantaranya adalah sebagai berikut.

1. Dilakukan sanksi tegas terhadap pelaku *bullying*.
2. Melakukan rehabilitasi dan juga penanaman unsur rohaniyah terhadap para korban.
3. Memberikan hukuman untuk beberapa pihak yang terlibat dan terkait oleh kasus *bullying* tersebut, seperti misalnya teman-teman yang membantu dan juga sebuah instansi pendidikan terkait kasus tersebut.

C. PENUTUP

Bullying telah menjadi isu sosial baik di lingkungan sekolah, kuliah, kerja, maupun masyarakat. *Bullying* disebabkan oleh banyak faktor, salah satunya faktor perbedaan antar individu yang mencolok. Perbedaan tersebut meliputi perbedaan fisik, kedudukan sosial, dan lain-lain. Dorongan suatu individu melakukan *bullying* adalah keinginan untuk menjadi dominan, sedangkan para korban memiliki rasa kurang percaya diri atau takut melawan, sehingga para pelaku *bullying* menganggap lemah para korbannya. Pada lain kasus, para pelaku *bullying* bahkan tidak merasa melakukan *bullying*.

Bullying kerap terjadi di lingkungan sekitar sehingga terkadang suatu institusi mewajarkan hal tersebut. *Bullying* dianggap sebagai aktivitas yang normal terjadi khususnya pada masa orientasi. Perilaku tersebut jika tidak diberhentikan akan mengakibatkan trauma dan rasa dendam bagi para korbannya. *Bullying* harus kita tangani bersama sebelum banyak kasus yang lebih besar terjadi di lingkungan kita.

Pencegahan untuk anak yang menjadi korban *bullying* dapat dilakukan dengan beberapa cara sebagai berikut.

1. Bekali anak dengan kemampuan untuk membela dirinya sendiri, terutama ketika tidak ada orang dewasa/ guru/ orang tua yang berada di dekatnya. Ini berguna untuk pertahanan diri anak dalam segala situasi mengancam atau berbahaya, tidak saja dalam kasus *bullying*. Pertahanan diri ini dapat berbentuk fisik dan psikis sebagai berikut.
 - a. Pertahanan diri fisik: bela diri, berenang, kemampuan motorik yang baik (bersepeda, berlari), kesehatan yang prima.
 - b. Pertahanan diri psikis: rasa percaya diri, berani, berakal sehat, kemampuan analisa sederhana, kemampuan melihat situasi (sederhana), kemampuan menyelesaikan masalah.
2. Bekali anak dengan kemampuan menghadapi beragam situasi tidak menyenangkan yang mungkin ia alami dalam kehidupannya. Untuk itu, maka yang diperlukan adalah kemampuan anak untuk bertoleransi terhadap beragam kejadian. Sesekali membiarkan (namun tetap mendampingi) anak merasakan kekecewaan, akan melatih toleransi dirinya.
3. Walau anak sudah diajarkan untuk mempertahankan diri dan dibekali kemampuan agar tidak menjadi korban tindak kekerasan, tetap beritahukan anak kemana ia dapat melaporkan atau meminta pertolongan atas tindakan kekerasan yang ia alami (bukan saja soal kasus *bullying*). Terutama tindakan yang tidak dapat ia tangani atau tindakan yang terus berlangsung walau sudah diupayakan untuk tidak terulang.
4. Upayakan anak mempunyai kemampuan sosialisasi yang baik dengan sebaya atau dengan orang yang lebih tua. Dengan banyak berteman, diharapkan anak tidak terpilih menjadi korban *bullying* karena:
 - a. Kemungkinan ia sendiri berteman dengan pelaku, tanpa sadar bahwa temannya pelaku *bullying* pada teman lainnya.
 - b. Kemungkinan pelaku enggan memilih anak sebagai korban karena si anak memiliki banyak teman yang mungkin sekali akan membela si anak.
 - c. Sosialisasi yang baik dengan orang yang lebih tua, guru atau pengasuh atau lainnya, akan memudahkan anak ketika ia mengadukan tindakan kekerasan yang ia alami.

Penanganan untuk anak yang menjadi pelaku *Bullying* dapat dilakukan dengan beberapa cara sebagai berikut.

1. Segera ajak anak bicara mengenai apa yang ia lakukan. Jelaskan bahwa tindakannya merugikan diri dan orang lain. Upayakan bantuan dari tenaga ahlinya agar masalah tertangani dengan baik dan selesai dengan tuntas.
2. Cari penyebab anak melakukan hal tersebut. Penyebab menjadi penentu penanganan. Anak yang menjadi pelaku karena rasa rendah diri tentu akan ditangani secara berbeda dengan pelaku yang disebabkan oleh dendam karena pernah menjadi korban. Demikian juga bila pelaku disebabkan oleh agresifitasnya yang berbeda.
3. Posisikan diri untuk menolong anak dan bukan menghakimi anak.

REFERENSI

- Seff, N. 2019. *Perilaku Bullying di Sekolah dan pengaruhnya terhadap Prestasi*. smkn1bjm.sch.id.
- Olweus, D. (1994). *Penindasan di sekolah. Dalam perilaku agresif*. Springer, Boston, MA.
- Tajam, S., & Smith, P. (2002). *Penindasan sekolah: Wawasan dan perspektif*. Routledge.
- Farrington, DP (1993). *Memahami dan mencegah bullying*. Kejahatan dan keadilan.
- Bank, R. (1997). *Penindasan di sekolah*.
- Rigby, K. (2007). *Penindasan di sekolah: Dan apa yang harus dilakukan tentang hal itu*. Dewan Aust untuk Penelitian Ed.
- Idntimes.com. <https://www.idntimes.com/science/discovery/sri-mulyati-2/alasan-ilmiah-perilaku-bullying-c1c2/3> diakses pada 28 November 2021.
- <http://eprints.ums.ac.id/59879/14/BAB%20I.pdf> diakses pada 29 November 2021.
- Unicef.com. <https://www.unicef.org/indonesia/id/cara-membicarakan-bullying-dengan-anak-anda> diakses pada 29 November 2021.
- Kredit.com. <https://www.kreditpintar.com/education/apa-itu-cyberbullying-kenali-6-jenis-dampak-dan-cara-mengatasinya> diakses pada 29 November 2021.