MASALIQ
Jurnal Pendidikan dan Sains

e-ISSN : 2808-8115
p-ISSN : 2809-1051

Terindeks : Garuda, Google Scholar, Moraref, Base, OneSearch, etc

https://doi.org/10.58578/masaliq.v3i1

PERKEMBANGAN PSIKOLOGI ANAK PADA KASUS BULLYING DI SDN CIKAMPEK PUSAKA I

Iwan Gunawan & Undang Ruslan Wahyudin
Universitas Singaperbangsa Karawang
bangigunz001@gmail.com ; urwahyudin@fai.unsika.ac.id

Abstract

Bullying can occur verbally, physically or psychologically. This action has a negative effect on the mental health of adolescents, one of which is anxiety. Indonesia is one of the countries with the highest cases of bullying. The report of bullying that happened to students of one of the SDN Cikampek Pusaka I in 2022, is one example of the high incidence of this action in adolescents. This study aims to determine the impact of bullying with anxiety. The subjects in this study were students of class I - VISDN Cikampek Pusaka I Karawang Regency. The method used in this study is Qualitative with a class action approach with a total sample of 30 respondents using purposive sampling techniques. This study used the Depression Anxiety Stress Scale (DASS) to measure the anxiety scale. The results of the spearman's rho statistical test obtained a correlation value (r) of 0.51 with a significant level (ϱ) of 0.00 indicating that the value of ϱ < a (a = 0.05). The conclusions of this study show that there is an impact of bullying with anxiety

Keywords: *Child Psychology in Cases of Bullying, Psychology of Child Bullying*

Abstrak : Bullying dapat terjadi secara verbal, fisik ataupun psikologi. Tindakan ini berefek negatif pada kesehatan mental remaja, salah satunya kecemasan. Indonesia merupakan salah satu negara dengan kasus bullying tertinggi. Laporan terjadinya tindakan bullying yang menimpa siswa salah satu SDN Cikampek Pusaka I pada Tahun 2022, merupakan salah satu contoh masih tingginya angka kejadian tindakan ini pada remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak tindakan bullying dengan kecemasan. subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas I -VISDN Cikampek Pusaka I Kabupaten Karawang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Kualitatif dengan pendekatan tindakan kelas dengan jumlah sampel 30 responden menggunakan tehnik purposive sampling. Penelitian ini menggunakan Depression Anxiety Stress Scale (DASS) untuk mengukur skala kecemasan. Hasil uji statistik spearman's rho didapatkan nilai korelasi (r) sebesar 0,51 dengan tingkat signifikan (ϱ) sebesar 0,00 menunjukkan bahwa nilai ϱ < α (α = 0,05). Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat dampak tindakan bullying dengan kecemasan

Kata Kunci: Psikologi Anak pada Kasus Bullying, Psikologi Bullying Anak

Jurnal Masaliq is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

PENDAHULUAN

SDN Cikampek Pusaka I adalah sekolah negeri yang beralamat jl. Situ kamojing desa cikampek pusaka kec,cikampek kab.karawang, berdiri atas intruksi presiden pada tahun 1975 sehingga tidak heran orang sering memaggilnya dengan SD Inpres. Memiliki 582 siswa dengan 14 guru kelas dan 4 guru mapel, dan 15 rombongan belajar.

Akhir-akhir ini kasus di SDN Cikampek Pusaka I akibat kekerasan makin sering ditemui, seperti perkelahian atau tawuran antar pelajar. Selain tawuran antar pelajar, sebenarnya ada bentuk-bentuk perilaku kekerasan oleh siswa yang tidak begitu mendapat perhatian, seperti pengucilan teman dan pemalakan terhadap teman, yang biasa disebut dengan bullying. Bullying ini dapat dilakukan secara fisik maupun non fisik. Bullying juga dapat dilakukan melalui apa saja, media social maupun dilakukan secara langsung. Hal ini dapat mengakibatkan pelajar malas atau trauma untuk pergi ke sekolah dan berinteraksi karena takut akan hal-hal seperti itu. Hal ini sangat berbahaya karena dapat merugikan korban bullying dan bahkan dapat menyebabkan korban bunuh diri atau kematian terhadap korban. Sehingga, masalah bullying yang marak terjadi sekarang ini seharusnya mendapat perhatian khusus. Indonesia merupakan Negara kesatuan yang memiliki beragam kebudayaan yang berbeda suku, ras,adat istiadat, agama, kelompok serta strata sosial yang berbeda-beda. maka oleh karena itu perlu adanya suatu upaya untuk mengurangi dan menghilangkan sesuatu yang menimbulkan komplik baik oleh antar masyarakat, pemerintah daerah, pemerintah pusat maupun aparat penegak hukum lainnya. Terlebih dalam hal menyangkut peranan lembaga pendidikan.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode Kualitatif. Menurut (Nana Syaodih Sukmadinata, 2015:60) Penelitian Kualitatif (*Qualitatif Research)* adalah suatua penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan dan menganalisis fenomena peristiwa, aktivitas sosial, sikap kepercayaan, persepsi, pemikiran orang secara individual maupun kelompok. Menurut Sugiono, (2017:10) dalam penelitian kualitatif yang dilakukan adalah analisis data untuk membangun hipotesis sejak awal penyusunan proposal. Dan Sumber Data Sekunder Yaitu sumber data yang melengkapi data Primer dalam penelitian ini dan merupakan sumber bacaan yang relevan dengan permasalahan yang diteliti. Tehnik Pengumpulan Data penulis gunakan dalam penulisan skripsi ini adalah Studi kepustaka yaitu kegiatan untuk mengkaji

teori-teori yang mendasari penelitian. Dan studi kepustakaan ini diggunakan untuk mendapatkan teori yang menunjang dalam pelaksanaan penelitian dengan cara membaca dan mempelajari buku-buku dan referensi lainny yang behubungan dengan pembahasan yang akan diteliti. Tehnik Analisa Data Teknik analisis data yang penulis gunakan adalah menggunakan deskriptf naratif-logis, dengan pendalaman data, mengemukakan pendapat para ahli, serta menganalisis di lapangan.

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis Penelitian Tindakan Kelas, Penelitian tindakan adalah (action research) lingkup penelitian ruang lingkupnya terapan (applied research) menggabungkan antara pengetahuan, penelitian dan tindakan. Action research mempunyai kesamaan dengan penelitian: participatory research, collaborative inquiry, emancipatory research, action learning, dan contextual action research. Secara sederhana, action research merupakan "learning by doing" yang di terapkan dalam konteks pekerjaan seseorang. Pada saat seseorang bekerja, dia selalu menghasilkan ide-ide baru yang diwujudkan dalam tindakan untuk memperbaiki proses maupun hasil pekerjaannya Penyelenggaraan pendidikan di lembaga pendidikan formal dilaksanakan oleh tenaga pendidik (guru) dan tenaga kependidikan (kepala sekolah dan pengawas). Dalam konteks pekerjaan tersebut, guru menerapkan action research pada kegiatan belajar mengajar di kelas sedangkan kepala sekolah menerapkan action research untuk memperbaiki manajemen sekolah. Action research yang dilakukan oleh guru dinamakan penelitian tindakan kelas (classroom action research) sedangkan action research yang dilakukan kepala sekolah dinamakan penelitian tindakan sekolah (school action research) Menurut O'Brien (2001) penelitian tindakan dilakukan ketika sekelompok orang (siswa) diidentifikasi permasalahannya, kemudian peneliti (guru) menetapkan suatu tindakan untuk mengatasinya. Selama tindakan berlangsung, peneliti melakukan pengamatan perubahan perilaku siswa dan faktor-faktor yang menyebabkan tindakan yang dilakukan tersebut sukses atau gagal. Apabila peneliti merasa tindakan yang dilakukan hasilnya kurang memuaskan maka akan dicoba kembali tindakan kedua dan seterusnya. Dalam PTK, jarang ada keberhasilan yang dapat dicapai dalam satu kali tindakan, oleh sebab itu PTK sering dilakukan dalam beberapa siklus tindakan. Pengaruh action research kemudian dipelajari dan dilaporkan secara mendalam dan sistematis. Penelitian tindakan kelas bertujuan untuk mengembangkan strategi pembelajaran yang paling efisien dan efektif pada situasi yang alamiah (bukan eksperimen). Action research berasumsi bahwa pengetahuan dapat dibangun dari pengalaman, khususnya

pengalaman yang diperoleh melalui tindakan (action). Dengan asumsi tersebut, orang biasa mempunyai peluang untuk ditingkatkan kemampuannya melalui tindakan-tindakan penelitian. Peneliti yang melakukan penelitian tindakan diasumsikan telah mempunyai keahlian untuk mengubah kondisi, perilaku dan kemampuan subjek (siswa) yang menjadi sasaran penelitian. Peningkatan mutu pembelajaran di kelas dapat dilakukan dengan dua metode penelitian yaitu metode eksperimen dan action research. Penelitian eksperimen lebih banyak menggunakan data kuantitatif sedangkan penelitian tindakan (action research) dapat menggunakan data kuantitatif dan kualitatif. Penelitian eksperimen minimal menggunakan dua kelas paralel yaitu satu kelas digunakan sebagai kelas perlakuan atau kelas eksperimen dan satu kelas yang lain digunakan sebagai kelas kontrol atau kelas yang tidak diberi perlakuan. Penelitian tindakan kelas cukup menggunakan satu kelas, tetapi tindakan yang dilakukan dapat berulang-ulang sampai menghasilkan perubahan menuju arah perbaikan. Berisi jenis penelitian, waktu dan tempat penelitian, target/sasaran, subjek penelitian, prosedur, instrumen dan teknik analisis data serta hal-hal lain yang berkait dengan cara penelitiannya. target/sasaran, subjek penelitian, prosedur, data dan instrumen, dan teknik pengumpulan data, serta teknik analisis data serta hal-hal lain yang berkait dengan cara penelitiannya dapat ditulis dalam sub-subbab, dengan *sub-subheading*. Sub-subjudul tidak perlu diberi notasi, namun ditulis dengan huruf kecil berawalkan huruf kapital, Cambria-12 *unbold*, rata kiri. Namun bila metoed penelitian menggunakan literatur review, penulis tidak diharuskan untuk melengkapi unsur yang disebutkan diatas melainkan hanya mencantumkan jenis penelitian, target/subjek penelitian dan teknik analisis data.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian tindakan ini mengambil sampel spesifik pada kelas atau sekolah dengan sasaran kelompok siswa, kelompok guru atau manajemen sekolah yang mengalami permasalahan. Pengambilan sampel tidak dilakukan secara acak sehingga hasil penelitian tindakan kelas tidak dapat digeneralisasikan untuk wilayah yang lebih luas. Keputusan hasil penelitian ini hanya berlaku untuk sampel yang diteliti. Temuan penelitian menjadi wacana informasi dan pertukaran pengalaman yang dapat diterapkan pada kelas atau sekolah lain yang mengalami permasalahan sejenis. Waktu penelitian ini pada bulan Desember tahun 2022 di SDN Cikampek Pusaka I, yang beralamat Jl.Situ Kamojing Ds. Cikampek Pusaka Kec.Cikampek Kab.Karawang.

Target/Subjek Penelitian

Untuk target penelitian ini adalah kelas atas dan kelas bawah atau antara kelas 1 - 6 tingkat sekolag dasar, dan yang dijadikan sampel diambil dari tiap tingkatnya 5 siswa, sehingga terkumpullah 30 siswa dari setiap kelas diharap dari sampel ini bisa mewakili dari semua siswa di SDN Cikampek Pusaka I .

Prosedur

Prosedur penelitian ini berupa Paket tindakan terbagi menjadi beberapa putaran atau siklus. Hal ini memberi kemungkinan satu macam dan satu kali tindakan saja tidak cukup untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi sehingga perlu dilengkapi dengan tindakan-tindakan lain pada putaran waktu (siklus) berikutnya. Kegiatan penelitian tindakan diakhiri sampai permasalahan yang dihadapi dapat diatasi bukan pada satuan kegiatan telah selesai dilakukan.

Teknik Analisis Data

Penelitian tindakan dan eksperimen memiliki kesamaan yaitu sama-sama menerapkan pendekatan, metode, strategi atau teknik pembelajaran baru. Penelitian eksperimen menggunakan istilah perlakuan (treatment) dan penelitian tindakan menggunakan istilah tindakan (action). Tindakan yang dilakukan dalam kegiatan penelitian merupakan tindakan yang sengaja dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu. Pada umumnya, tindakan yang diterapkan merupakan tindakan baru yang belum pernah dilakukan dalam kegiatan sehari-hari.Macam data, bagaimana data dikum-pulkan, dengan instrumen yang mana data dikumpulkan, dan bagaimana teknis pengum-pulannya, perlu diuraikan secara jelas dalam bagian ini. Kegiatan penelitian bersifat kolaboratif antara guru/kepala sekolah, peneliti dan siswa. Kegiatan yang bersifat kolaboratif mengandung pengertian bahwa masing-masing individu yang terlibat dalam penelitian mempunyai tugas, tanggung jawab dan kepentingan yang berbeda tetapi tujuannya sama yaitu memecahkan masalah untuk peningkatan kualitas pembelajaran/manajemen sekolah. Dalam hal ini, guru/kepala sekolah mempunyai kepentingan untuk meningkatkan kemampuan mengajar, peneliti bertujuan mengembangkan ilmu pengetahuan sedangkan subjek yang diteliti/siswa memiliki kepentingan untuk meningkatkan kinerja/hasil belajar. Penelitian tindakan kolaboratif sering dilakukan pada mata pelajaran yang diampu oleh beberapa orang guru. Dalam pelaksanaan penelitian, salah satu guru bertindak sebagai perancang dan pelaksana tindakan sedangkan guru lain sebagai pengamat pelaksanaan tindakan. Apabila kegiatan penelitian

merupakan bentuk kerjasama dengan pihak lain, guru/kepala sekolah bertindak sebagai pelaksana tindakan yang dirancang oleh peneliti dan perubahan perilaku subjek yang diteliti dapat diamati oleh tenaga peneliti. Hasil penelitian dapat digunakan bersama-sama oleh guru dan peneliti. Penelitian tindakan partisipatoris dirancang, dilaksanakan dan hasilnya digunakan sendiri oleh peneliti. Kegiatan penelitian sepenuhnya dilakukan oleh guru atau peneliti dan tidak diwakilkan kepada orang lain. Selama proses penelitian berlangsung, guru/kepala sekolah bertindak sebagai pelaksana tindakan sekaligus sebagai pengamat perubahan perilaku. Guru harus langsung mencatat kejadian-kejadian khusus setelah pelaksanaan tindakan supaya guru tidak kehilangan informasi penting untuk dilaporkan. Untuk membantu mengingat kejadian, guru dapat merekam dan mendokumentasikan kejadian-kejadian penting tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pengertian Bullying

Bullying berasal dari kata bully yang berarti menggertak dan mengganggu. Riauskina, Djuwita, dan Soesetio mendefinisikan school bullying sebagai perilaku agresif kekuasaan terhadap siswa yang dilakukan berulang-ulang oleh seorang/kelompok siswa yang memiliki kekuasaan, terhadap siswa lain yang lebih lemah dengan tujuan menyakiti orang tersebut.

Bullying kemudian dikelompokkan menjadi 5 kategori, antara lain :

a. Kontak fisik langsung (memukul, mendorong, mencubit, mencakar, juga termasuk memeras dan merusak barang-barang yang dimliki orang lain).
b. Kontak verbal langsung (mengancam, mempermalukan, merendahkan, mengganggu, memberi panggilan nama (name–calling), sarkasme, merendahkan (put-down), mencela/mengejek, mengintimidsi, mengejek, menyebarkan gosip).
c. Perlaku non-verbal langsung (melihat dengan sinis, menjulurkan lidah, menampilkan ekspresi muka yang merendahkan, mengejek, atau mengancam, biasanya disertai oleh bullying fisik atau verbal).
d. Perilaku non verbal tidak langsung (mendiamkan seseorang, memanipulasi persahabatan sehingga menjadi retak, sengaja mengucilkan atau mengabaikan, mengirimkan surat kaleng).
e. Pelecehan seksual (kadang dikategorikan perilaku agresi fisik atau verbal).

Definisi lain tentang bullying dapat dikemukakan sebagai berikut:

a. Bullying adalah penggunaan kekuasaan atau kekuatan untuk menyakiti seseorang atau sekelompok, sehingga korban merasa tertekan, trauma dan tidak berdaya.
b. Bullying sebagai penggunaan agresi dalam bentuk apapun yang bertujuan menyakiti ataupun menyudutkan orang lain secara fisik maupun mental. Bullying dapat berupa tindakan fisik,verbal, emosional, dan juga seksual.
c. Bullying adalah bentuk-bentuk perilaku berupa pemaksaan atau usaha menyakiti secara fisik maupun psikologis terhadap seseorang atau kelompok yang lebih lemah oleh seseorang atau sekelompok orang yang mempersiakannya lebih kuat.

Terjadinya bullying di sekolah menurut Salmivalli dan kawan-kawan merupakan proses dinamika kelompok dan di dalamnya ada pembagian peran. Peran-peran tersebut adalah bully, asisten bully, reinfocer, defender, dan outsider.

Bully yaitu siswa yang dikategorikan sebagai pemimpin, berinisiatif dan aktif terlibat dalam perilaku bullying.

Asisten bully, juga terlibat aktif dalam perilaku bullying, namun ia cenderung bergantung atau mengikuti perintah bully.

Rinfocer adalah mereka yang ada ketika kejadian bullying terjadi, ikut menyaksikan, mentertawakan korban, memprofokasi bully, mengajak siswa lain untuk menonton dan sebagainya.

Defender adalah orang-orang yang berusaha membela dan membantukorban, sering kali akhirnya mereka menjadi korban juga.

Outsider adalah orang-orang yang tahu bahwa hal itu terjadi, namun tidak melaukan apapun, seolah-olah tidak peduli.

2. Cyber Bullying

Cyber bullying adalah segala bentuk kekerasan yang dialami anak atau remaja dan dilakukan teman seusia mereka melalui dunia cyber atau internet. Cyber bullying adalah kejadian manakala seorang anak atau remaja diejek, dihina, diintimidasi, atau dipermalukan oleh anak atau remaja lain melalui media internet, teknologi digital atau telepon seluler. Bentuk dan metode tindakan cyber bullying amat beragam. Bisa berupa pesan ancaman

melalui e-mail, mengunggah foto yang mempermalukan korban, membuat situs web untuk menyebar fitnah dan mengolok-olok korban hingga mengakses akun jejaring sosial orang lain untuk mengancam korban dan membuat masalah. Motivasi pelakunya juga beragam.Ada yang melakukannya karena marah dan ingin balas dendam, frustrasi, ingin mencari perhatian bahkan ada pula yang menjadikannya sekedar hiburan pengisi waktu luang.Tidak jarang, motivasinya kadang-kadang hanya ingin bercanda.

Cyber bullying yang berkepanjangan bisa mematikan rasa percaya diri anak, membuat anak menjadi murung, khawatir, selalu merasa bersalah atau gagal karena tidak mampu mengatasi sendiri gangguan yang menimpanya. Bahkan ada pula korban cyber bullying yang berpikir untuk mengakhiri hidupnya karena tak tahan lagi diganggu! Remaja korban cyber bullying akan mengalami stress yang bisa memicunya melakukan tindakan-tindakan rawan masalah seperti mencontek, membolos, lari dari rumah, dan bahkan minum minuman keras atau menggunakan narkoba.

Anak-anak atau remaja pelaku cyber bullying biasanya memilih untuk menganggu anak lain yang dianggap lebih lemah, tak suka melawan dan tak bisa membela diri. Pelakunya sendiri biasanya adalah anak-anak yang ingin berkuasa atau senang mendominasi.Anak-anak ini biasanya merasa lebih hebat, berstatus sosial lebih tinggi dan lebih populer di kalangan teman-teman sebayanya. Sedangkan korbannya biasanya anak-anak atau remaja yang sering diejek dan dipermalukan karena penampilan mereka, warna kulit, keluarga mereka, atau cara mereka bertingkah laku di sekolah. Namun bisa juga si korban cyber bullying justru adalah anak yang populer, pintar, dan menonjol di sekolah sehingga membuat iri teman sebayanya yang menjadi pelaku.

Cyber bullying lebih mudah dilakukan daripada kekerasan konvensional karena si pelaku tidak perlu berhadapan muka dengan orang lain yang menjadi targetnya. Mereka bisa mengatakan hal-hal yang buruk dan dengan mudah mengintimidasi korbannya karena mereka berada di belakang layar komputer atau menatap layar telelpon seluler tanpa harus melihat akibat yang ditimbulkan pada diri korban. Peristiwa cyber bullying juga tidak mudah diidentifikasikan orang lain, seperti orang tua atau guru karena tidak jarang anak-anak remaja ini juga mempunyai kode-kode berupa singkatan kata atau emoticon internet yang tidak dapat dimengerti selain oleh mereka sendiri.

3. Penyebab Bullying

Banyak sekali factor mengapa seseorang melakukan bullying. Pada umumnya orang melakukan bullying karena merasa tertekan, terancam, terhina, dendam, dan lain sebagainya. Bullying disebabkan oleh korban dari keadaan lingkungan yang membentuk kepribadiannya menjadi agresif dan kurang mampu mengendalikan emosi, seperti lingkungan rumah yang tidak harmonis karena adanya pertengkaran orangtua atau broken home, kekerasan yang dilakukan orangtua terhadap anaknya, perlakuan orangtua yang terlalu mengekang anaknya.

Sementara itu Psikolog Clara Wriswanto dari Jagadnita Counseling mengemukakan bahwa penyebab seseorang menjadi pelaku "bullying" bisa dari berbagai faktor seperti orang tua yang terlalu memanjakan anaknya, keadaan keluarga yang berantakan sehingga diri anak tersisihkan, atau hanya karena anak tersebut meniru perilaku "bullying" dari kelompok pergaulannya serta tayangan bernuansa kekerasan di internet atau televisi.

Selain itu, lingkungan sekitar rumah juga berpengaruh besar terhadap perilaku bullying ini, misalnya anak hidup pada lingkungan orang yang suka berkelahi atau bermusuhan, berlaku tidak sesuai norma yang ada, maka akan mudah meniru perilaku dari lingkungan tersebut dan merasa tidak bersalah.

Lingkungan sekolah juga bisa menjadi factor penyebab aksi bullying, misalnya guru berbuat kasar terhadap siswa, guru yang kurang memperhatikan kondisi anak, teman yang sering mengejek atau menghina, dan lain sebagainya.

Faktor lain yang berpengaruh cukup kuat terhadap anak untuk berbuat bullying yaitu adanya tayangan televisi yang sering mempertontonkan kekerasan dalam sinetron atau film atau acara lain seperti acara sidik, berita utama dan lain sebagainya.

4. Dampak Bullying

Menurut Psikolog Ratna Juwita, siswa korban bullying akan mengalami permasalhan kesulitan dalam membina hubungan interpersonal dengan orang lain dan jarang datang ke sekolah. Akibatnya, mereka (korban bullying) ketinggalan pelajaran dan sulit berkonsentrasi dalam belajar sehingga hal tersebut mempengaruhi kesehatan fisik dan mental baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang.

Beberapa hal yang bisa menjadi indikasi awal bahwa anak mungkin sedang mengalami bullying di sekolah :

a. Kesulitan untuk tidur
b. Mengompol di tempat tidur
c. Mengeluh sakit kepala atau perut
d. Tidak nafsu makan atau muntah-muntah
e. Takut pergi ke sekolah
f. Sering perg ke UKS
g. Menangis sebelum atau sesudah bersekolah
h. Tidak tertarik pada aktivitas sosial yang melibatkan murid lain
i. Sering mengeluh sakit sebelum pergi ke sekolah
j. Sering mengeluh sakit pada gurunya, dan ingin orang tua ingin segera
k. menjemput pulang.
l. Harga diri yang rendah
m. Perubahan drastis pada sikap, cara berpakaian, atau kebiasaannya
n. Lecet luka

Dari penelitian Riauskima dkk mengemukakan ketika mengalami bullying korban merasakan banyak emosi negatif seperti marah, dendam, kesal, tertekan,takut, malu dan sedih).Yang paling ekstrim dari dampak psikologis ini adalah kemungkinan untuk timbulnya gangguan psikologis pada korban bullying seperti rasa cemas berlebihan, selalu merasa takut, depresi, ingin bunuh diri dan gejala-gejala gangguan stres pasca trauma (post trumatic stress disoder). Anak yang menjadi korban bullying atau tindakan kekerasan fisik, verbal ataupun psikologis di sekolah akan mengalami trauma besar dan depresi yang akhirnya bisa menyebabkan gangguan mental di masa yang akan datang. Gejala-gejala kelainan mental yang biasanya muncul pada masa kanak-kanak secara umum terbukti anak tumbuh menjadi orang yang pencemas, sulit berkonsentrasi, mudah gugup dan takut, hingga tak bisa bicara.

Beberapa hal yang menjadi tanda-tanda anak korban bullying :

a. Kesulitan dalam bergaul
b. Merasa takut datang ke sekolah sehingga sering bolos
c. Ketinggalan pelajaran
d. Mengalami kesulitan berkonsentrasi dalam mengikuti pelajaran
e. Kesehatan fisik dan mental (jangka pendek/jangka panjang) akan terpengaruh

5. Cara Mengatasi Bullying

Pencegahan agar anak tidak menjadi pelaku bullying orang tua harus mampu mengembangkan kecerdasan emosional anak sejak dini. Ajarkan anak untuk memliki rasa empati, menghargai orang lain, dan menyadarkan sang anak bahwa dirinya adalah mahluk sosial yang membutuhkan orang lain dalam kehidupannya.

Pemerintah seharusnya memiliki program yang tegas, jelas, dan terarah. Kalau kita diam saja, maka itu sama saja melegalkan tradisi dendam di sekolah tersebut.

Untuk mengatasi dan mencegah masalah bullying diperlukan kebijakan yang bersifat menyeluruh di sekolah, sebuah kebijakan yang melibatkan komponen dari guru sampai siswa, dari kepala sekolah sampai orang tua murid, kerja sama antara guru,orang tua dan masyarakat atau pihak lain yang terkait seperti kepolisian, aparat hukum dan sebagainya.

Peran orang tua di rumah harus mampu menciptakan komunikasi yang baik dengan anak-anak dan membekali anak dengan pemahaman agama yang cukup dan menanamkan ahlakul karimah yang selalu dilaksanakan di lingkungan rumah, karena anak akan selalu meniru perilaku orangtua. Pemberian teladan kepada anak akan lebih baik dari memberi nasihat.

Salah satu cara yang bisa dilakukan oleh sekolah ialah membuat sebuah program anti bullying di sekolah. Meurut Huneck bullying akan terus terjadi di sekolah-sekolah, apabila orang dewasa tidak dapat membina hubungan saling percaya dengan siswa, tidak menyadari tingkah laku yang masuk tindakan bullying, tidak menyadari luka yang disebabkan oleh bullying, tidak menyadari dampak bullying yang merusak kegiatan belajar siswa, serta tidak ada campur tangan secara efektif dari sekolah. Adapun kegunaan dari program serta kegiatan anti bully di sekolah antara lain:

a. Menanamkan pengertian bahwa rasa aman adalah hak dan milik semua orang
b. Menyadarkan semua orang di sekolah bahwa tindakan bullying dalam bentuk apapun tidak dapat ditolelir
c. Membekali siswa untuk membuat keputusan
d. Membantu siswa membentuk lingkaran orang yang mereka percayai

Kegiatan yang dapat dilakukan selama program ini, antara lain :

a. Brainstorming dan diskusi
b. Kegiatan menggunakan lembar kerja
c. Membaca buku cerita yang berhubungan dengan bullying
d. Membuat gambar, kolase, poster mengenai pencegahan bullying
e. Bermain drama
f. Berbagi cerita dengan orang tua di rumah
g. Menulis puisi
h. Menyanyikan lagu anti bullying dengan lirik yang sudah di rubah dari lagu populer
i. Bermain teater boneka

Beberapa tips mencegah terjadinya bullying :

a. Berikan mereka alternatif komunitas yang mengakuinya

Pada dasarnya setiap manusia membutuhkan pengakuan atas keberadaan dirinya, terlebih pada usia remaja yang sedang dalam masa transisi dan krisis identitas, para remaja lebih senang berkumpul dengan teman-teman sebaya yang menurutnya lebih bisa menerima dan senasib dan sepenanggungan. Oleh karena itu kewajiban kita untuk memberikan alternatif komunitas yang positif dan tetap memenuhi kriteria penerimaan identitas para remaja, misalnya buat perkumplan pecinta alam atau wira usaha yang sesuai dengan keiginannya. Membuat kelompok band, atau kelompok kesenian dan sebagainya.

b. Putus mata rantai pelaku dan budaya bullying

Biasanya budaya bullying diwariskan dengan sistem kaderisasi yang kuat, motivasi senioritas adalah faktor yang terkuatnya. Untuk menghindari gejala tersebut sebaiknya bimbinglah para remaja dengan cara mengadakan kegiatan bersama antara generasi tersebut maupun alumninya dan buatlah suatu ikatan supaya terbentuk jalinan. Persaudaraan yang akan melahirkan kesadaran bahwa senior harus membimbing dan para junior harus menghormati seniornya.

c. Ajarkan cara mengantisipasi kekerasan bukan melakukannya

Latihan bela diri misalnya merupakan salah satu alternatif pembentukan mental spiritual dan jasmani yang kuat.

d. Tingkatkan kepedulian lingkungan sosial untuk mencegah praktek bullying

Sudah waktunya masyarakat ikut peduli dan melakukan pencegahan atas praktek bullying yang terjadi di lingkungannya.

e. Dukung gerakan diet siaran televisi

Batasi anak-anak dan remaja menonton televisi, karena acara dan penampilan yang disiarkan televisi ikut membentuk masyarakat pengaksesnya.

Berikut merupakan saran bagi anak yang berisiko terkena bullying :

a. Jangan membawa barang mahal-mahal dan uang berlebihan.
b. Jangan sendirian. Kalau memungkinkan, beradalah di lingkungan yang dekat dengan guru atau orang dewasa lainnya yang dapat mengawasi anda. Atau lebih baik jika anda bersama teman-teman.
c. Jangan cari gara-gara dengan pelaku bullying.
d. Jika suatu saat menjadi korban bullying, kuncinya adalah tetaplah percaya diri.
e. Anda harus berani melapor kepada guru, orang tua, atau orang dewasa lainnya yang anda percayai.

Pihak kepolisian bekerja sama dengan sekolah dengan cara mengadakan penyuluhan ke sekolah sekolah tentang bahaya dari bullying, dan memberikan sanksi dari mulai yang ringan seperti di skors beberapa waktu sampai dengan pemecatan dari sekolah. Begitu juga kerja sama dengan pihak kehakiman bagaimanakah proses persidangan, tuntutan serta keputusan yang akan dan telah diambil bagi pelaku bullying itu. Bagi pelaku bullying dari pihak guru, sekolah atau pihak- pihak lain jangan ragu-ragu untuk menindak dengan tegas supaya keadilan dapat di tegakkan di negeri ini dan guru tersadar atas semua kesalahannya, sehingga tidak terjadi lagi korban-korban bullying berikutnya.

6. Pentingnya Bimbingan Konseling di Sekolah

Depdikbud menjelaskan bahwa tujuan layanan bimbingan di sekolah dasar adalah untuk membantu siswa agar dapat memenuhi tugas –tugas perkembangan yang meliputi aspek-aspek pribadi, pendidikan dan karir sesuai tuntutan lingkungan.

Dalam aspek perkembangan social pribadi, layanan bimbingan membantu siswa agar :

a. Memiliki pemahaman diri.
b. Mengembangkan sikap positif.
c. Membuat pilihan kegiatan secara sehat.
d. Mampu menghargai orang lain.
e. Memiliki rasa tanggung jawab.
f. Mengembangkan ketrampilan hubungan antar pribadi.
g. Dapat menyelesaikan masalah.
h. Dapat membantu membuat keputusan secara baik.

Dalam aspek perkembangan pendidikan, layanan bimbingan membantu siswa agar :

a. Melaksanakan cara-cara belajar yang benar.
b. Menetapkan rencana dan tujuan pendidikan.
c. Mencapai prestasi belajar secara optimal sesuai dengan bakat dan kemampuannya.
d. Memiliki ketrampilan untuk menghadapi ujian.

Selanjutnya Rochman Natawidjaja mengemukakan bahwa peran bimbingan seorang guru sebagai penyesuaian interaksional dalam proses belajar mengajar dapat diartikan sebagai perlakuan guru terhadap siswa dengan memperhatikan hal-hal sebagai berikut:

a. Perlakuan terhadap siswa sebagai individu yang memliki potensi untuk berkembang dan maju serta mampu mengarahkan dirinya sendiri untuk mandiri.
b. Sikap positif dan wajar terhadap siswa. Dalam melaksanakan peran bimbingan itu guru tidak menjauhkan diri dari siswa, tetapi tidak pula terikat secara sentimentil kepada siswa.
c. Perlakuan terhadap siswa secara hangat, ramah, rendah hati, dan menyenangkan
d. Pemahaman siswa secara empatik
e. Penghargaan terhadap martabat siswa sebagai individu
f. Penampilan diri secara asli di depan siswa
g. Kekongkritan dalam menyatakan diri
h. Penerimaan siswa secara apa adanya
i. Perlakuan terhadap siswa secara permisive
j. Kepekaan terhadap perasaan yang dinyatakan oleh siswa dalam membantu siswa untuk menyadari perasaannya itu.
k. Kesadaran bahwa tujuan mengaja bukan terbatas pada penguasaan siswa terhadap bahan pengajaran saja, melainkan menyangkut pengembangan siswa menjadi individu yang lebih dewasa.
l. Penyesuaian diri terhadap keadaan siswa yang khusus. Penyesuaian perilaku guru terhadap situasi yang khusus adalah sangat penting untuk memperoleh hasil belajar pada diri siswa, sesuai dengan yang diinginkannya. Jadi, efektifitas mengajar itu sangat tergantung pada kemampuan guru untuk menyesuaikan diri pada situasi khusus.

KESIMPULAN

Bullying adalah tindakan di mana satu orang atau lebih mencoba untuk menyakiti atau mengontrol orang lain dengan cara kekerasan. Bullying tidak hanya dilakukan secara langsung. Namun, bullying juga dapat dilakukan melalui media social atau internet, yang disebut Cyberbullying.

Jenis bullying ada 5 kategori, antara lain :

1. Kontak fisik langsung (memukul, mendorong, mencubit, mencakar, juga termasuk memeras dan merusak barang-barang yang dimliki orang lain).
2. Kontak verbal langsung (mengancam, mempermalukan, merendahkan, mengganggu, memberi panggilan nama (name–calling), sarkasme, merendahkan (put-down), mencela/mengejek, mengintimidsi, mengejek, menyebarkan gosip).
3. Perilaku non-verbal langsung (melihat dengan sinis, menjulurkan lidah, menampilkan ekspresi muka yang merendahkan, mengejek, atau mengancam, biasanya disertai oleh bullying fisik atau verbal).
4. Perilaku non verbal tidak langsung (mendiamkan seseorang, memanipulasi persahabatan sehingga menjadi retak, sengaja mengucilkan atau mengabaikan, mengirimkan surat kaleng).
5. Pelecehan seksual (kadang dikategorikan perilaku agresi fisik atau verbal).

Pada umumnya orang melakukan bullying karena merasa tertekan, terancam, terhina, dendam, dan lain sebagainya. Bullying disebabkan oleh korban dari keadaan lingkungan yang membentuk kepribadiannya menjadi agresif dan kurang mampu mengendalikan emosi. Faktor lain yang berpengaruh cukup kuat terhadap anak untuk berbuat bullying yaitu adanya tayangan televisi yang sering mempertontonkan kekerasan dalam sinetron atau film atau acara lain seperti acara sidik, berita utama dan lain sebagainya. Pencegahan agar anak tidak menjadi pelaku bullying orang tua harus mampu mengembangkan kecerdasan emosional anak sejak dini. Sekolah dan pemerintah juga harus bersikap tegas dalam menghadapi bullying. Sekolah dapat mengadakan program anti bullying.

Bimbingan konseling juga berperan penting dalam mencegah bullying. Bimbingan konseling dapat membantu supaya siswa :

1. Memiliki pemahaman diri.
2. Mengembangkan sikap positif.
3. Membuat pilihan kegiatan secara sehat.
4. Mampu menghargai orang lain.
5. Memiliki rasa tanggung jawab.
6. Mengembangkan ketrampilan hubungan antar pribadi.
7. Dapat menyelesaikan masalah.
8. Dapat membantu membuat keputusan secara baik.
9. Melaksanakan cara-cara belajar yang benar.
10. Menetapkan rencana dan tujuan pendidikan.
11. Mencapai prestasi belajar secara optimal sesuai dengan bakat dan kemampuannya.
12. Memiliki ketrampilan untuk menghadapi ujian.

DAFTAR PUSTAKA

Thomas, O.C.1963. Psyschology and Theology on the Nature of Man. Jurnal Pastoral Psychology, Vol. 13, Nomor 121 h. 41-46

Ehsan.Bullying dalam Pendidikan *http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR._PEND._LUAR_BIASA/195707121984032-EHAN/BULLYING_DALAM_PENDIDIKAN.pdf*

Tisha. Astri. 2012. Apa sih, Bullying itu?. *http://www.kawankumagz.com/read/apa-sih-bullying-itu*

Anonymous. 2012. Cyberbullying. *http://cyberbullying126e27.blogspot.com/*