

PROGRAM PREVENSI : “*SAY NO TO BULLYING IN SCHOOL*”

Dewi Mufidatul Ummah,
(¹Dosen Prodi PAUD FKIP Universitas Khairun Ternate)
syafiq_fatihul@yahoo.co.id

ABSTRAK *Bullying akhir-akhir ini marak terjadi di kalangan pelajar, baik terjadi di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah. Bullying adalah penggunaan kekuasaan atau kekuatan untuk menyakiti seseorang atau sekelompok, sehingga korban merasa tertekan, trauma, dan tidak berdaya. Pertama, fisik, seperti memukul, menampar, dan memalak atau meminta dengan paksa apa yang bukan miliknya. Kedua, verbal, seperti memaki, menggossip, dan mengejek. Ketiga, psikologis, seperti mengintimidasi, mengecilkan, mengabaikan, dan mendiskriminasi. Pelaksanaan program pencegahan perilaku bullying di sekolah dengan tujuan agar stake holder di sekolah akan memahami perilaku bullying sehingga akan menurunkan tingkat kekerasan yang selama ini terjadi di sekolah*

“Edan, oknum guru pukul siswanya hingga tewas” merupakan *headline* tulisan Malut Post, salah satu koran lokal di Maluku Utara yang terbit Sabtu, 10 Oktober 2015. Peristiwa yang menggemparkan dunia pendidikan di Kota Ternate tersebut merupakan aksi bullying. Bullying adalah beberapa perilaku *negative/* agresif yang diulang, yang bertujuan untuk mencelakai atau menyakiti seseorang yang dipersepsi memiliki kurangan dalam kekuatan fisik maupun psikologis. Ada 2 komponen yang terlibat dalam terjadinya *bullying*, yaitu korban, pelaku, dan *by stander*. Korban adalah orang yang memiliki perasaan tidak aman, merasa bahwa dia bukan bagian dari sekolah, merasa sedih, dan biasanya prestasinya rendah. Pelaku adalah orang yang menguasai orang lain, melakukan kekerasan pada orang lain (Glew, 2005) . Anak laki-laki Afrika-Amerika dan anak laki-laki Amerika asli, usia 10-11 Tahun memiliki kecenderungan yang besar untuk menjadi pelaku *bullying*. Akan tetapi, pencegahan dan intervensi pada perilaku *bullying* tidak hanya dibutuhkan oleh anak laki-laki. Banyak penelitian yang menyarankan untuk memperhatikan konteks social yang mendorong dan mempertahankan perilaku agresi dan *bullying*, baik pada laki-laki maupun pada perempuan.

Riauskina, Djuwita, dan Soesetio (2005) mendefinisikan *school bullying* sebagai perilaku agresif yang dilakukan berulang-ulang oleh seorang/sekelompok siswa yang memiliki kekuasaan, terhadap siswa/siswi lain yang lebih lemah, dengan tujuan menyakiti orang tersebut. *Bullying* adalah sebuah siklus, dalam artian pelaku saat ini kemungkinan besar adalah korban dari pelaku *bullying* sebelumnya. Ketika menjadi korban, mereka membentuk skema kognitif yang salah bahwa *bullying* bisa ‘dibenarkan’ meskipun mereka merasakan dampak negatifnya sebagai korban.

Bentuk Perilaku Bullying.

Bullying bisa terjadi karena anak-anak melakukan imitasi terhadap model yang ada di sekelilingnya. Misalnya, anak meniru perilaku orang tua, kakak, teman atau guru sebagai model perilaku bullying.

Bentuk dari perilaku bullying ada 5 :

1. **Kontak fisik langsung** (memukul, mendorong, menggigit, menjambak, menendang, mengunci seseorang dalam ruangan, mencubit, mencakar, juga termasuk memeras dan merusak barang-barang yang dimiliki orang lain)
2. **Kontak verbal langsung** (mengancam, mempermalukan, merendahkan, mengganggu, memberi panggilan nama (*name-calling*), sarkasme, merendahkan

(*put-downs*), mencela/ mengejek, mengintimidasi, memaki, 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).

Penelitian tentang Bullying.

Penelitian di luar Indonesia menunjukkan data bahwa Bullying lebih banyak terjadi pada siswa usia 9-11 tahun (Smokowski & Kopasw, 2005). Suatu penelitian terhadap guru dan siswa dari masing-masing 5 SD, 5SMP, 5SMA, dan 5 SMK pada tanggal 23 Agustus 2008 yang lalu bertujuan untuk mendapatkan gambaran tentang kasus Bullying di sekolah mereka. Para guru mengatakan bahwa pernah melihat dan atau mendapatkan laporan tentang Bullying di sekolah mereka. Ketika menghadapi laporan tersebut beberapa guru bertindak memperingatkan para siswanya, namun sebagian besar guru SMK dan SMU justru merasa tidak dapat melakukan apapun karena terkait dengan masalah *bullying* yang besar, yaitu para alumni atau geng. Beberapa siswa menyatakan bahwa pelaku *bullying* ada yang pernah menjadi korban sebelumnya.

Banyak penelitian yang menjelaskan bahwa empati dapat meningkatkan perilaku prososial. Ada kesepakatan umum bahwa untuk memunculkan, mengadopsi dan meningkatkan empati pada anak-anak dan remaja, berhubungan dengan perkembangan perilaku pro sosial dan pencegahan terhadap perilaku agresif. Banyak karakter pendidikan, manajemen kemarahan, dan program pencegahan atau intervensi

masalah-masalah sosial melibatkan beberapa komponen dari empati. Secara umum, empati dapat diartikan sebagai suatu respon emosional yang berasal dari kondisi emosional individu lain dan sebagai respon emosional yang dibagi, ini tergantung pada factor kognitif dan emosional (Espalage, 2004).

Program Pencegahan Bullying di Sekolah

Beberapa program prevensi "*say no to bullying in school*" yang bisa dicanangkan sekolah untuk menurunkan perilaku bullying di sekolah:

- **MAJALAH DINDING**
"Pojok Bullying", di dinding bagian tengah berisi poster pengetahuan mengenai bullying dan tindakan-tindakan yang harus dilakukan ketika terjadi *bullying*. Di samping kiri dan kanan poster, berisi gambar dan tulisan anak mengenai *bullying*.
- **ARTIKEL dan GAMBAR**
Artikel adalah karya masing-masing siswa setiap bulan pada mata pelajaran Bahasa Indonesia, Bahasa Inggris, dan PKPS. Gambar-gambar dibuat ketika pelajaran kesenian. Artikel dan gambar yang dipasang pada majalah dinding dipilih secara bergantian dari semua karya siswa.
- **ATURAN YANG DISEPAKATI DI KELAS**
Guru membuat peraturan yang juga disepakati oleh siswa. Hal ini berkaitan dengan hal yang boleh dan yang tidak boleh dilakukan oleh siswa, misalnya tidak memanggil teman dengan nama julukan yang membuat teman tersinggung.
- **TEMA HARI-HARI DALAM SATU MINGGU**
Penentuan tema dimaksudkan untuk membiasakan siswa berbuat kebaikan kepada orang lain dan membina hubungan baik antar siswa dan juga antara siswa dan guru. Beberapa contoh tema yang bisa diterapkan selama satu minggu adalah sebagai berikut :

Senin : hari toss (menyapa)

Setiap hari Senin, siswa diharapkan untuk saling menyapa satu sama lain, menyapa guru, dan menyapa warga sekolah lainnya.

Selasa : hari membantu teman

Setiap hari Selasa, siswa diharapkan untuk saling membantu teman

Rabu : hari berbagi bekal/makanan

Setiap hari Rabu, siswa diharapkan untuk saling membagi bekal makanannya pada teman yang lain, terutama teman yang tidak membawa bekal

Kamis : hari terima kasih

Setiap hari Kamis, siswa diharapkan untuk mengucapkan terima kasih kepada teman, sekecil apapun bentuk bantuan yang diberikan.

Jumat : hari meminta maaf

Setiap hari Jumat, siswa diharapkan untuk saling memberanikan diri meminta maaf atas kesalahan yang telah diperbuat pada teman. Hal ini dapat dimulai dari meminta maaf atas kesalahan-kesalahan kecil sampai kesalahan yang besar.

Sabtu : hari memuji

Setiap hari Sabtu, siswa diminta untuk saling memuji keberanian, kelebihan, kebaikan, atau usaha yang telah dilakukan oleh teman lain

- **MENYERTAKAN TEMA KHUSUS TENTANG BULLYING DI DALAM SETIAP MATA PELAJARAN**

Tema khusus mengenai bullying ini dapat dimasukkan dalam pokok bahasan yang dipelajari siswa (*hidden curriculum*), di antaranya tema persahabatan. Tema ini dapat dimasukkan dalam pelajaran bahasa Indonesia. Tema ini bukan menjadi bahasan yang utama, namun akan

dikaitkan dengan bahasan utama yang disampaikan kepada siswa. Misal, dalam pelajaran surat menyurat, siswa diminta untuk menuliskan surat untuk sahabat/teman dekatnya.

- **MENONTON FILM**

Nonton bersama, terkait dengan tema kekerasan khususnya pada anak-anak, kemudian ada penugasan dalam bentuk penulisan artikel yang akan dipajang juga dalam pojok bullying.

MONITORING DAN EVALUASI

Monitoring dan evaluasi dilakukan dengan membandingkan hasil observasi sebelum dan sesudah intervensi tentang perilaku bullying di sekolah. Monitoring dan evaluasi dilakukan setiap akhir semester oleh guru dan komite sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Espelage, D.L., Swearer, S.M. 2004. *Bullying in American School: A social Ecological Perspective on Prevention and Intervention*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Inc., Publishers.
- Glew, G.M., Yu-Fan, M., Katon, W, Rivara, F.P., Kernie, M.A. 2005. *Bullying, Psychosocial Adjustment, and Academic Performance in Elementary School*. www.archpediatrics.com
- Http://portal. Malutpost.co.id/en/welcome. Edan, Oknum Guru Pukul Siswa Hingga Tewas. Sabtu, 10 Oktober 2015.
- Riauskina, I. I., Djuwita, R., dan Soesetio, S. R. (2005). "Gencet-gencetan" di mata siswa/siswi kelas 1 SMA: Naskah kognitif tentang arti, skenario, dan dampak "gencet-gencetan". *Jurnal Psikologi Sosial*, 12 (01), 1 – 13