

“BULLYING DI SEKOLAH DAN SOLUSINYA”

Oleh : Sunayah

Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

Bullying merupakan perilaku yang disengaja dan dilakukan berulang kali dengan menggunakan fisik maupun psikologis untuk mengancam atau menyerang seseorang yang dapat mengakibatkan kerugian psikologis, hambatan perkembangan, dan lain sebagainya yang dapat merugikan seseorang (korban).

Bullying ini terjadi karena ada kesenjangan kekuatan antara pelaku dan korbannya. Tindakan bullying tidak hanya berupa kekerasan fisik, tetapi dapat berupa psikologis dan juga secara verbal. Bullying secara kekerasan fisik dapat berupa menendang, memukul, serta merusak hal-hal yang dimiliki korban. Bullying secara psikologis berupa intimidasi dan ancaman. Bullying secara verbal berupa kata-kata atau ucapan dalam bentuk panggilan nama, penggangguan, serta komentar seksual yang sangat tidak pantas yang keluar dari mulut pelaku bullying.

Bullying di sekolah merupakan masalah serius yang dapat berdampak negatif pada korban maupun pelaku. Bullying di Indonesia tercatat oleh Federasi Serikat Guru Indonesia (FGSI) sejak Januari sampai September tahun 2023, terdapat 23 kasus bullying di sekolah. Dari 23 kasus tersebut, 23% di jenjang SD, 50% dijenjang SMP, 13,5% di jenjang SMK dan 13,5% dijenjang SMA. Dari berbagai jenjang sekolah yang terdapat kasus bullying, di jenjang SMP yang paling banyak terjadi kasus bullying. Dari beberapa kasus bullying tersebut, terdapat korban yang meninggal dunia akibat perilaku bullying dengan kekerasan fisik, yaitu satu siswa di SDN di Kabupaten Sukabumi dan satu santri MTS di Blitar.

Bullying antar siswa di sekolah bukan hanya terjadi di negara Indonesia saja, bahkan terjadi juga di negara-negara lainnya, seperti di Thailand. Network of Legal Advocates or Children and Youth melakukan survei terhadap kasus bullying di sekolah Thailand, terdapat 92% anak sekolah di Thailand mengalami pelecehan fisik atau psikologis oleh teman sebayanya dan 13% mengalami depresi medis akibat penindasan. Penindasan berupa dari pelecehan fisik, verbal dan hujatan di dunia maya. 62% mengatakan bahwa mereka dipukul di kepala oleh teman sebayanya, 43% mengatakan bahwa pelaku intimidasi mengolok-olok nama orang tua mereka, dan 42% merasa dipermalukan dengan menyebut nama yang tidak sopan. Hampir 30% responden mengatakan mereka mengalami beberapa bentuk pelecehan atau pelecehan di media sosial. Survei tersebut yang diselenggarakan oleh Thai Health Promotion Foundation untuk meningkatkan kesadaran akan intimidasi di sekolah, menemukan akibat dari berbagai kasus pelecehan tersebut terdapat 26% korban mengalami stres, 18% mengalami kesulitan berkonsentrasi, 16% tidak mau sekolah, 15% menjadi introvert dan 13% mengalami depresi.

Bullying memberikan efek negatif dalam perkembangan karakter, baik bagi korban maupun pelaku. Akibat bullying pada korban yaitu timbulnya perasaan tertekan karena pelaku menguasai korban, korban mengalami kesakitan fisik dan psikologis, kepercayaan diri merosot, trauma, serba salah dan takut sekolah, mengasingkan diri, dan cenderung ingin bunuh diri.

Salah satu langkah penting dalam mengatasi bullying adalah dengan meningkatkan kesadaran akan dampak negatifnya. Baik siswa, guru, maupun orang tua perlu memahami bahwa setiap tindakan bullying dapat berdampak jangka panjang pada kesejahteraan mental dan emosional korban. Untuk meningkatkan kesadaran akan dampak negatif bullying ini, dari pihak sekolah dapat membuat kampanye anti bullying yang membahas akan dampak negatif bullying yang dihadiri oleh siswa, guru dan orang tua siswa. Kemudian pihak sekolah bisa membuat pelatihan bagi pengajar dan tenaga pendidik akan cara mengatasi, mencegah perilaku bullying di lingkungan sekolah. Dengan memahami dampak ini, diharapkan masyarakat sekolah dapat lebih proaktif dalam mencegah dan mengatasi kasus bullying.

Selain itu, penting juga untuk mempromosikan budaya sekolah yang inklusif dan menghargai keberagaman. Siswa perlu diajarkan untuk menghormati perbedaan dan memperlakukan sesama dengan baik tanpa memandang status sosial, ras, atau latar belakang lainnya. Guru dan staf sekolah memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan yang mendukung ini dengan memberikan contoh positif dan mengambil tindakan yang tegas terhadap tindakan bullying. Cara untuk mempromosikan budaya sekolah yang inklusif dan menghargai keberagaman ini bisa dilakukan dengan mengadakan program seminar atau workshop mengenai pentingnya menghargai perbedaan, keberagaman dan toleransi. Siswa perlu dilengkapi dengan keterampilan sosial yang kuat, seperti empati, penghargaan terhadap perbedaan, dan keterampilan komunikasi yang baik. Program-program pengembangan keterampilan sosial dapat membantu siswa memahami dan menghargai keberagaman.

Selanjutnya, kolaborasi antara sekolah, orang tua, dan komunitas juga diperlukan dalam upaya mengatasi bullying. Sekolah, orangtua, dan komunitas masing-masing memiliki pemahaman yang berbeda tentang masalah bullying dan dampaknya. Dengan berkolaborasi, dapat saling berbagi pengalaman, pengetahuan, dan pandangan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif tentang masalah tersebut. Orang tua perlu terlibat aktif dalam mendukung anak-anak mereka dan memberikan pemahaman yang tepat tentang pentingnya menghormati orang lain. Sementara itu, kerja sama dengan organisasi dan lembaga di luar sekolah dapat memberikan sumber daya tambahan dan dukungan untuk program-program anti-bullying.

Upaya lain untuk mencegah dan mengatasi masalah bullying dapat dilakukan oleh korban bullying. Korban bullying dapat memperkuat diri mereka sendiri dengan mengembangkan keterampilan sosial dan emosional, seperti membangun rasa percaya diri, belajar cara mengelola emosi, dan meningkatkan keterampilan komunikasi. Hal ini

dapat membantu mereka merasa lebih kuat dan mampu dalam menghadapi situasi bullying. korban bullying dapat mengambil kontrol atas situasi mereka, meningkatkan kesejahteraan mereka sendiri, dan berkontribusi pada upaya pencegahan dan penanggulangan bullying di sekolah dan masyarakat mereka.

Tidak kalah pentingnya adalah perlunya pendekatan rehabilitasi bagi pelaku bullying. Sanksi yang diberikan perlu disertai dengan upaya untuk memahami penyebab perilaku mereka dan memberikan dukungan agar dapat mengubah pola perilaku negatif menjadi positif. Proses rehabilitasi dapat membantu pelaku bullying untuk memahami dampak negatif dari perilaku mereka dan mengembangkan empati terhadap korban. Selain itu, mereka juga dapat belajar keterampilan sosial yang positif, seperti cara berkomunikasi dengan baik, menyelesaikan konflik secara damai, dan menghargai keberagaman. Dengan pendekatan ini, diharapkan dapat diciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan positif bagi semua siswa.

Kesimpulannya, bullying di sekolah merupakan masalah serius yang mempengaruhi kesejahteraan emosional, mental, dan fisik dari siswa-siswa yang terlibat. Untuk mengatasi bullying di sekolah memerlukan upaya bersama dari seluruh pihak. Dengan meningkatkan kesadaran, mempromosikan budaya inklusif, kolaborasi antarpihak, dan pendekatan rehabilitasi bagi pelaku, kita dapat menciptakan lingkungan sekolah yang aman, mendukung, dan menginspirasi bagi semua siswa.

Referensi

<https://www.detik.com/edu/detikpedia/d-6962155/data-kasus-bullying-di-sekolah-fsgi-50-di-jenjang-smp>

<https://tirto.id/awas-ini-daftar-kasus-bullying-anak-di-sekolah-indonesia-2023-gMdf>

<https://kumparan.com/viral/viral-aksi-bullying-berujung-kekerasan-fisik-anak-sekolah-di-thailand-1vOmp6oE7HM>

<https://www.thailandeducation.info/career-options/career-guide/bullying.html>

<https://www.bangkokpost.com/thailand/general/1832394/school-bullying-problem-worsening>