

**BULLYING & PERAN IBU**  
**Penyuluhan Parenting PKK**  
Tumpang, 29 Juli 2017

oleh: Dr. Rohmani Nur Indah  
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Angket 1:

Beri tanda  $\surd$  berdasarkan pengalaman **anda** di masa kecil

**A. Apakah anda sudah tahu arti “Bullying” sebelumnya?**

- Ya                       Tidak

**B. Apakah anda pernah mengalami gangguan atau mendapat ancaman semasa kecil atau saat bersekolah?**

- Ya                       Tidak

**C. Apakah anda pernah menjadi korban kekerasan (dipukul/ditendang/dicubit/dijambak/diperas/dirampas/disudutkan/dipermalukan/diteror)?**

- Ya                       Tidak

**D. Jika anda mengalami sebagai korban bullying, anda saat itu bersikap:**

- diam saja dan membiarkan peristiwa itu berlalu
- melaporkan pada orang tua atau guru
- membalas dengan cara melakukan hal yang sama ke anak lain

Angket 2:

Beri tanda  $\surd$  berdasarkan pengalaman **anak anda** akhir-akhir ini

**A. Menurut anda apakah anak anda sudah tahu arti “Bullying”?**

- Ya                       Tidak

**B. Sepengetahuan anda, apakah anak anda pernah mengalami gangguan atau mendapat ancaman semasa kecil atau saat bersekolah?**

- Ya                       Tidak

**C. Apakah anak anda pernah melapor telah menjadi korban kekerasan**

**(dipukul/ditendang/dicubit/dijambak/diperas/dirampas/disudutkan/dipermalukan/diteror)?**

- Ya                       Tidak

**D. Jika anak anda mengalami sebagai korban bullying, anak anda saat itu bersikap:**

- diam saja dan membiarkan peristiwa itu berlalu
- melaporkan pada orang tua atau guru
- membalas dengan cara melakukan hal yang sama ke anak lain

## **Apakah *Bullying* Itu?**

*Bullying* adalah perilaku agresif yang dilakukan secara berulang-ulang dengan tujuan mengganggu korban yang lebih lemah darinya.

Bentuk-bentuk *bullying*/penindasan antara lain:

1. *Bullying* fisik, contohnya memukul, menjegal, mendorong, meninju, menghancurkan barang orang lain, mengancam secara fisik, memelototi, dan mencuri barang.
2. *Bullying* psikologis, contohnya menyebarkan gosip, mengancam, gurauan yang mengolok-olok, secara sengaja mengisolasi seseorang, menghancurkan reputasi seseorang.
3. *Bullying* verbal, contohnya menghina, menyindir, meneriaki dengan kasar, memanggil dengan julukan, keluarga, kecacatan, dan ketidakmampuan.

*Bullying* bisa terjadi di tempat dimana pengawasan yang kurang dari orang dewasa, seperti di kamar mandi sekolah, jalan masuk kelas, dan tempat bermain, di dalam kelas.

## **Apa saja fakta *Bullying* saat ini?**

Lebih sering berupa *bullying* fisik dan *bullying* verbal yang lebih sering dilakukan oleh siswa pada teman sekelas di kelasnya atau di halaman sekolah. Penyebab *bullying* hanya iseng/bercanda, sebagai bentuk balas dendam karena pernah mengalami *bullying* atau karena korban bersikap menyebalkan. Alasan lain yaitu pelaku ingin terlihat hebat dan berkuasa. Saat kejadian, korban marah dan ingin membalas, sementara saksi *bullying* merasa biasa saja dan tidak banyak yang ingin membantu korban. Hanya sedikit yang mau mengadu pada guru. Keberadaan anak inklusi/anak berkebutuhan khusus sering menjadi sasaran empuk *bullying*. Peristiwa *bullying* sering tidak tuntas tertangani karena orang tua jarang mengajak anak berkomunikasi karena kesibukan masing-masing.

## **Mengapa anak terlibat *bullying*?**

Yang rentan menjadi target penindasan adalah anak yang:

- (1) memiliki perbedaan mencolok dibanding yang lain. Perbedaan ini bisa jadi dari fisik (gemuk/kurus), agama, rasnya, bahkan gaya berpakaian, dan perilakunya.
- (2) dianggap lemah, tidak bisa mempertahankan dirinya
- (3) suka murung, menyendiri, tidak percaya diri, tidak banyak berteman
- (4) tidak rukun dengan temannya, suka mencari perhatian dengan mengganggu teman

Yang membuat anak berkebutuhan khusus menjadi sasaran empuk *bullying* yaitu:

- (1) kesulitannya berkomunikasi secara reseptif atau ekspresif sehingga bisa menjadi bahan lelucon
- (2) ketidakmampuan menangkap aturan sosial secara verbal sehingga kerap berperilaku aneh yang tidak disukai temannya
- (3) kesulitan memahami sindiran, ungkapan atau kalimat kompleks sehingga bisa menjengkelkan temannya jika terjadi miskomunikasi
- (4) kebingungannya memahami aturan yang tidak tertulis sehingga menyita kesabaran teman-temannya
- (5) tidak bisa membedakan guyonan atau serius, pura-pura atau sebenarnya, hal yang lazim dilakukan atau tidak, sengaja atau tidak sengaja, sehingga sering bertindak dengan cara meniru yang dilakukan temannya tanpa tahu apakah itu benar atau salah
- (6) kesulitan memodulasi suara, kapan bicara lembut atau keras, sehingga bisa menyinggung perasaan temannya

Yang berpotensi menjadi pelaku *bullying* yaitu anak yang:

- (1) memiliki kuasa (tidak selalu berarti lebih tua atau lebih besar), dapat menyuruh temannya mengikuti perintahnya, populer di antara teman-temannya, suka mendominasi
- (2) tidak punya empati, tidak bisa merasakan yang dirasakan anak lain
- (3) pemarah, ingin menang sendiri, harus selalu dituruti kemauannya
- (4) bermasalah di rumah, tidak penurut, jauh hatinya dengan orang tua
- (5) suka mencari keburukan teman, suka memusuhi
- (6) selalu tertantang untuk melanggar aturan
- (7) mudah dipengaruhi teman yang juga menyukai kekerasan

### **Apa sajakah dampak *bullying* secara umum?**

- Pelaku
  1. Bullying yang terjadi pada tingkat SD dapat menjadi penyebab perilaku kekerasan pada jenjang pendidikan berikutnya.
  2. Pelaku cenderung berperilaku agresif dan terlibat dalam gank serta aktivitas kenakalan lainnya.
  3. Pelaku retan terlibat dalam kasus kriminal menginjak usia remaja.
  4. Saat dewasa akan sulit beradaptasi dengan lingkungannya karena sifat mau menangnya sendiri
- Korban
  1. Memiliki masalah emosi, akademik, dan perilaku jangka panjang.
  2. Cenderung memiliki harga diri yang rendah, lebih merasa tertekan, benci terhadap diri sendiri, murung, cemas, dan tidak aman.

3. Bullying menimbulkan berbagai masalah yang berhubungan dengan sekolah seperti tidak suka terhadap sekolah, membolos, dan *drop out*.

- Saksi

1. Mengalami perasaan yang tidak menyenangkan dan mengalami tekanan psikologis yang berat.
2. Merasa terancam dan ketakutan akan menjadi korban selanjutnya.
3. Dapat mengalami prestasi yang rendah di kelas karena perhatian masih terfokus pada bagaimana cara menghindari menjadi target bullying dari pada tugas akademik.

### **Apa yang dapat dilakukan ibu untuk mencegah *bullying*?**

1. Mintalah anak jujur dan terbuka agar cepat diketahui jika terjadi bullying sejak awal.
2. Ajaklah anak untuk berdiskusi membahas bullying.
3. Berikan contoh agar anak untuk selalu berperilaku positif.
4. Meningkatkan pengawasan terhadap anak.
5. Membuat peraturan anti bullying di rumah berdasarkan kesepakatan bersama dengan anggota keluarga yaitu mengenai perilaku yang pantas dan terpuji yang dinyatakan dalam bentuk kalimat positif, misalnya "Perlakukan semua orang dengan baik dan hormat", "Usahakan agar semua orang merasa aman dan nyaman", serta "Tolong menolong adalah hal terpuji untuk dilakukan". Peraturan ini akan membudaya dan anak terbiasa melakukan di luar rumah
6. Dorong anak untuk aktif mengembangkan minat/hobinya dengan melibatkan teman sebayanya

## **Bagaimana berkomunikasi tentang *bullying*?**

Luangkan waktu setidaknya 15 menit perhari untuk berbincang dengan anak mengenai kehidupan sekolahnya.

Untuk anak kecil, tanyakan tentang apa yang tidak disukainya selama di kelas, apa yang dilakukan saat istirahat, bagaimana perjalanannya saat pulang sekolah, dst.

Jika anak sudah cukup besar, tanyakan mengenai kecenderungan teman-temannya saat bercanda, apakah kelewat batas sehingga mulai menyakiti teman lain. Adakah teman yang ditakuti anak, pernahkah menyaksikan kekerasan/penindasan di sekolah, pernahkah mencoba menolong korban *bullying*, dst.

Pantau lah aktifitas anak di sekolah dengan berkomunikasi secara aktif dengan gurunya. Berbagi nomor telepon dengan wali murid lain juga sangat membantu proses monitoring kegiatan belajar anak di sekolah.

## **Bagaimana cara mencegah *Bullying*?**

**S** **Sadarkan** anak tentang apa itu perilaku *Bullying*/menindas/menyakiti teman baik secara fisik maupun psikis. Sadarkan anak bahwa dia harus menghindari perilaku itu supaya tidak menjadi pelaku ataupun menjadi korban. Apabila menjadi saksi, sadarkan bahwa dengan mengadu maka dia telah sangat membantu mengatasi masalah

**A** **Ajarkan** kemampuan asertif yaitu bersikap tegas dan berani menyampaikan pendapat, tidak menutup-nutupi jika ada permasalahan. Berani berkata TIDAK jika mendapatkan tekanan dari pelaku *bullying*. Tidak perlu membalas dengan melakukan hal negatif seperti membalas dengan kekerasan tapi ajarkan untuk berani terbuka, menolak ditekan, dan berani mengadukan pada orang tua dan guru.

**B** **Biasakan** anak merefleksi diri dengan rasa syukur bahwa dia memiliki banyak hal yang harus disyukurinya untuk menambah rasa percaya dirinya sehingga tidak perlu memiliki rasa iri, cemburu pada anak lain, dan mengasah rasa empati terhadap sesamanya.

**A** **Ajaklah** anak untuk terus membangun komunikasi aktif dalam keluarga dan berinteraksi secara tepat dengan sebayanya. Dengan terus berkomunikasi akan terjalin kedekatan yang mendukung penerapan pola asuh yang benar. Awasilah media yang menunjukkan contoh perilaku kekerasan agar anak tidak mudah mencontoh perilaku negative.

**R** **Rapatkan** barisan untuk bersama-sama menegakkan disiplin di lingkungan kita agar aturan sosial terus dijaga untuk melindungi anak dari resiko bullying. Rapatkan barisan untuk mensosialisasikan gerakan anti bullying dan melindungi anak-anak yang rentan menjadi korban seperti anak inklusi/berkebutuhan khusus.

### **Sumber:**

Asriningtyas. 2012. *Apa Itu Bullying*.

<http://astrinityas.blogspot.co.id/2012/08/apa-itu-bullying.html>

Sari, V. D. S. 2012. *Perilaku Bullying Siswa di SMPN 1 Tunjungsari Gunungkidul*. Universitas Negeri Yogyakarta.

Sholihat, N. 2012. *Cara Mengatasi Bullying*.

<https://nsholihat.wordpress.com/tag/cara-mengatasi-bullying/>

US Department of Healt & Human Services. 2017. *Prevent*

*Bullying*. <https://www.stopbullying.gov/prevention/index.html>