

Bullying pada Anak: Analisis dan Alternatif Solusi

Nurul Hidayati

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik

Abstract.

All parents want their children to feel secure at school, and all educators and administrators also want to provide secure schools for the students. It is an irony thing that nearly most of people thought that they know what bullying is, but quite often they just let it happened. Seems that they give an exception on bullying at school, as if it is different from the other abuse behaviors. This article attempts to examine the problem of bullying from a number of different angles, attempts to find alternative solutions for parents, educators, and children to overcome bullying at school.

Keywords: *bullying, children, solution*

Abstrak.

Semua orang tua menginginkan anak-anak mereka aman di sekolah, dan semua pendidik dan penyelenggara pendidikan juga ingin menyediakan lingkungan sekolah yang aman bagi anak-anak yang belajar di sekolah tersebut. Suatu hal yang agak ganjil yakni ketika nampaknya hampir semua orang merasa tahu tentang bullying, namun seringkali justru membiarkannya terjadi. Mereka memberikan perkecualian terhadap kasus bullying di sekolah, seakan-akan bullying berbeda dengan kasus kekerasan dan abuse lainnya. Artikel ini mencoba untuk mengkaji permasalahan bullying dari beberapa sudut pandang, untuk mencoba menghadirkan alternatif jawaban mengenai bagaimana cara menghadapi problematika bullying baik dari sisi orang tua, pendidik, maupun anak-anak yang terkait dengan permasalahan bullying tersebut.

Kata Kunci: *bullying, anak, solusi*

Goethe, seorang penyair Jerman mengatakan *"What is most difficult for you? That which you think is the easiest. To see what is before your eyes."* Bahwa hal-hal yang paling sulit untuk kita lihat justru seringkali merupakan hal-hal yang terjadi di pelupuk mata kita. Dengan kata lain, fenomena di depan mata kita justru menjadi fenomena tersulit untuk kita lihat.

Seorang peneliti dan ahli psikologi klinis Susan Sgrol (dalam Espelage & Swearer, 2004) menyatakan bahwa kita tidak bisa mendiagnosis sesuatu apabila kita bahkan tidak mempercayai kalau sesuatu itu ada. Fenomena kekerasan seksual terhadap anak misalnya, sekitar lima abad lalu sebagian besar para profesional

memperkirakan frekuensi kekerasan seksual terhadap anak terjadi dengan perbandingan 1 di antara 1 juta anak, sedangkan sekarang angka perkiraannya adalah 1 di antara 10 anak (Espelage & Swearer, 2004). Tanpa kita sadari angka prevalensinya berubah sedemikian drastis, dan sebagian dari kita masih tenggelam dalam penyangkalan bahwa dalam banyak hal, fenomena di sekitar kita memang mengalami perubahan.

Dalam 30 tahun terakhir, para peneliti telah menemukan bahwa *bullying* merupakan ancaman serius terhadap perkembangan anak dan merupakan penyebab potensial terhadap kekerasan dalam sekolah (Olweus, 1978, dalam Smokowski & Kopase, 2005). *Bullying* pada anak

Korespondensi: **Nurul Hidayati.** Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik. Jl Sumatra 101 GKB Gresik-Indonesia Email: haiuyung@yahoo.com

dianggap sebagai bentuk awal dari kekerasan yang terjadi di masa remaja, dan dapat mewujudkan dalam suatu bentuk gangguan perilaku yang serius semisal perilaku antisosial. Studi yang dilakukan oleh Brockenbrough dkk (2002) (dalam Smokowski & Kopase, 2005) menunjukkan adanya hubungan antara *bullying* dengan kekerasan. Dari hampir 1000 orang subjek penelitian yang terdiri dari anak-anak kelas 6,7,& 8 diperoleh data bahwa sepertiga dari subjek tersebut yang menjadi korban *bullying* memunculkan sikap yang agresif. Kelompok korban yang bersikap agresif tersebut mempunyai kemungkinan yang lebih besar untuk membawa senjata ke sekolah, terlibat penyalahgunaan alkohol, dan terlibat perkelahian fisik di sekolah dibandingkan kelompok korban yang lain (yang tidak agresif) bahkan bila dibandingkan pelaku *bullying* itu sendiri.

Terkadang, perubahan angka statistik terjadinya berbagai fenomena dalam masyarakat bukanlah cerminan bahwa dahulu fenomena tersebut jarang sekali ada atau bahkan sama sekali belum muncul. Angka kejadian yang meningkat secara drastis secara positif dapat kita maknai bahwa masyarakat kita mulai menyadari bahwa hal-hal yang tadinya mereka anggap sebagai suatu hal yang biasa saja sebenarnya merupakan suatu permasalahan. *Bullying* merupakan fenomena semacam ini. Belum terlalu lama kita baru menyadari bahwa prevalensinya meningkat dan kita pun kemudian menyadari bahwa ini sesuatu yang perlu disikapi secara serius.

Kebanyakan orang tua dan para guru merasa terkejut melihat betapa besar perbedaan antara generasi saat ini dibandingkan dengan generasi ketika mereka masih muda dulu. Tidak ada tempat lain yang paling memungkinkan untuk melihat kesenjangan antar generasi selain di sekolah-sekolah (Twemlow & Sacco, 2008). Bagi anak-anak, pengalaman di sekolah sangat berpengaruh. Secara nyata, sesudah keluarga, sekolah memberikan pengalaman yang paling signifikan dan berpotensi merubah kehidupan mereka. Sekolah memiliki potensi yang besar untuk memberikan pengaruh baik ataupun buruk (Hamburg & Hamburg, 2004).

Profesor Morton Deutsch, pakar resolusi konflik terkemuka yang telah berkecukupan meneliti problematika terkait konflik selama berabad

lamanya, mengidentifikasi keluarga dan sekolah sebagai dua institusi terpenting yang mempengaruhi predisposisi anak untuk mencintai atau membenci sesama (Hamburg & Hamburg, 2004). Berdasarkan hasil penelitian, sekolah perlu mengajarkan bagaimana cara menyelesaikan permasalahan mereka tanpa memakai pendekatan kekerasan (*nonviolent problem solving*). Hal-hal baik yang diajarkan di sekolah dan di rumah diharapkan akan mencegah perkembangan lebih lanjut dari berbagai perilaku kekerasan pada anak.

Tulisan ini merupakan kajian pustaka yang membahas mengenai apakah *bullying* itu, dan bagaimana *bullying* ditinjau dari beberapa sudut pandang. Juga dibahas mengenai karakteristik korban maupun pelaku *bullying* beserta bahaya dari *bullying*. Secara umum tulisan ini ditujukan untuk mencoba menghadirkan alternatif jawaban mengenai bagaimana cara menghadapi problematika *bullying* tersebut/apa yang bisa dilakukan oleh orang tua, pendidik, maupun anak-anak yang terkait dengan permasalahan *bullying* tersebut.

Bullying pada Anak

Sebagaimana telah dikemukakan di atas, terdapat suatu keganjilan dalam masyarakat kita terkait dengan penyikapan mereka terhadap fenomena *bullying*. Yang pertama, hampir semua orang dalam masyarakat kita merasa mengetahui apa dan bagaimana *bullying* tersebut, namun di saat yang bersamaan mereka cenderung tidak menganggap serius hal tersebut. Kedua, bagi masyarakat yang di dalamnya kebanyakan orang menganggap dirinya sebagai representasi orang yang bertanggung jawab, secara tegas mereka tidak ada yang membenarkan, apalagi mendukung kekerasan dan *abuse*, namun mereka seakan membuat perkecualian yang tidak logis dalam kasus perilaku kekerasan yang muncul dalam *bullying* yang terjadi pada anak-anak usia sekolah ('O Moore, 2008).

Istilah "*bullying*" dipergunakan karena dianggap lebih mewakili dan lebih lengkap dibandingkan istilah-istilah lain yang sejenis untuk menggambarkan fenomena yang sama. Sering pula *bullying* disinonimkan dengan "*harassment*". *Harassment* sendiri berasal dari

kata “to harass” yang berakar dari kata dalam Bahasa Perancis kuno ‘harer’ yang artinya melakukan upaya penyerangan, dan juga memiliki akar kata dalam Bahasa Inggris kuno ‘hergian’ yang artinya ‘to ravage’ atau ‘despoil’ (mengganggu, mengusik, merusak).

Dalam penggunaannya saat ini, seorang yang melakukan *bullying* yakni seseorang yang mempunyai kebiasaan berperilaku kejam dan mendominasi, terutama terhadap orang yang lebih kecil atau orang yang lebih lemah.

Terdapat beberapa definisi *bullying* oleh para ahli, yang akan dipaparkan sebagai berikut. Definisi yang pertama didasarkan atas pendapat Olweus (dalam Murphy, 2009) yang menyatakan bahwa seorang anak menjadi korban *bullying* apabila ia diperlakukan secara negatif berulang-ulang oleh satu atau lebih pelaku dalam berbagai kesempatan. *Bullying* bersifat disengaja, yaitu ditujukan untuk menyakiti korban baik secara emosi dan atau secara fisik. Kekuasaan merupakan aspek penting terkait *bullying*. Seorang anak yang melakukan *bullying* berupaya memperoleh kekuasaan dan kontrol terhadap anak lainnya.

Definisi yang dikemukakan Randall (1997a, dalam Randall, 2002) bahwa *Bullying* merupakan perilaku agresif yang disengaja untuk menyebabkan ketidaknyamanan fisik maupun psikologis terhadap orang lain. Definisi ini menekankan pada faktor motivasional dari pelaku *bullying* dan memberikan gambaran terhadap tujuan di balik perilaku mereka.

Bentuk *bullying* berubah sejalan dengan usia: *bullying* di taman bermain (*playground bullying*), kekerasan seksual, penyerangan secara berkelompok, *dating violence*, *marital violence*, *child abuse*, kekerasan di tempat kerja, dan berbagai jenis kekerasan lain (Pepler dan Craig, 1997, dalam Maliki, dkk, 2009). Nansel dkk (2001, dalam Maliki, 2009) menyatakan bahwa *bullying* termasuk *bullying* secara fisik (misalnya: memukul, menendang), *bullying* verbal (misalnya: olok-olok, ancaman), manuver psikologis (misalnya: rumor, pengucilan), segala jenis perilaku yang membahayakan atau mengganggu, di mana perilaku tersebut berulang dalam waktu yang berbeda, dan terdapat kekuatan yang tidak seimbang (orang/kelompok yang lebih

berkuasa menyerang orang atau kelompok yang kurang memiliki kekuasaan).

Apabila ditinjau dari bentuknya, *Bullying* yang banyak dipahami masyarakat adalah bentuk *direct bullying*, yakni ketika seorang anak diolok-olok, diganggu, ataupun dipukul oleh anak lain. *Bullying* yang bersifat langsung ini dapat bersifat verbal maupun bersifat fisik.

Indirect bullying merupakan jenis *bullying* yang lebih tidak kasat mata namun dampaknya sama buruknya bagi korban. *Bullying* jenis ini juga dikenal dengan istilah *relational bullying* atau *bullying sosial (social bullying)*.

Jenis *bullying* lain merupakan *bullying* yang bersifat sosial yang terkait dengan penggunaan media internet yang lebih kita kenal dengan sebutan *cyberbullying*. Ketika seseorang mengalami kekerasan, dipermalukan, memperoleh ancaman oleh orang lain melalui media internet ataupun melalui berbagai media teknologi interaktif semisal telepon seluler. Termasuk di antaranya mengirimkan pesan teks singkat (*short message service* atau SMS) atau *e-mail* ancaman, membuat *web page* berisikan informasi-informasi (baik informasi yang benar ataupun tidak benar) yang mempermalukan seseorang, atau misalkan aktivitas membagikan atau menceritakan rahasia pribadi seseorang dalam ruang publik di internet (Murphy, 2009).

Karakteristik Korban dan Pelaku *Bullying*

Meskipun jenis kekerasan yang dipergunakan bermacam-macam, namun karakteristik korban maupun pelaku *bullying* memiliki kekhasan. Berikut ini karakteristik yang khas baik dari korban maupun pelaku *bullying*.

Karakteristik tertentu yang khas pada korban *bullying* adalah penampilan mereka yang berbeda atau memiliki kebiasaan yang berbeda dalam berperilaku sehari-hari. Sebagian korban “dipilih” karena ukuran mereka yang berbeda. Mereka dianggap secara fisik lebih kecil dari kebanyakan anak, lebih tinggi dari kebanyakan anak, atau mengalami kelebihan berat badan (Murphy, 2009)

Sebagian anak menjadi target *bullying* karena berasal dari latar belakang etnik, keyakinan, ataupun budaya yang berbeda dari kebanyakan anak di lingkungan tersebut. Sebagian anak yang lain juga menjadi target dikarenakan mereka

memiliki kemampuan atau bakat istimewa. Ada pula anak-anak yang menjadi korban *bullying* karena mereka memiliki keterbatasan kemampuan tertentu, misalnya mengalami kesulitan membaca atau kesulitan berhitung. Hal-hal tersebut di atas merupakan karakteristik khas korban *bullying* yang bersifat eksternal. Selain karakteristik eksternal tersebut, ada jenis karakteristik internal yang khas dari korban *bullying* yang seringkali justru menjadikan mereka sebagai korban berkepanjangan dari *bullying* (Murphy, 2009)

Karakteristik internal yang pertama yakni anak-anak yang memiliki jenis kepribadian pasif dan submisif. Anak-anak ini cenderung tidak mampu mempertahankan diri mereka dan hak-hak mereka, walaupun tidak sedang dalam situasi menjadi target *bullying* (Murphy, 2009)

Karakteristik lain yakni korban *bullying* biasanya memiliki kecemasan, kegugupan, ataupun rasa tidak aman. Mereka juga cenderung merupakan anak yang pemalu dan pendiam. Korban *bullying* cenderung merupakan anak-anak yang memiliki *self esteem* yang rendah, dan mungkin karena sifat mereka yang pemalu, mereka juga cenderung hanya memiliki sedikit teman. Sayangnya, kondisi terisolasi sosial semacam ini semakin membuka peluang mereka untuk menjadi target *bullying* (Murphy, 2009)

Respon yang pasif saat menjadi korban *bullying* juga menjadikan korban *bullying* terus-menerus menjadi korban dalam waktu yang panjang. Misalnya seorang anak yang menangis dan melarikan diri dari pelaku *bullying*, atau justru memberikan uang atau benda-benda yang diminta dari mereka pada pelaku *bullying* (Murphy, 2009)

Pelaku *bullying* menurut The National School Savety Center (NSSC) USA biasanya secara berlebihan bersikap agresif, destruktif, dan menikmati dominasi mereka atas anak-anak lain (Carney & Merrell, 2001; NSSC, 1995, dalam Smokowski & Kopasz, 2005). Mereka juga cenderung mudah tersinggung, meledak-ledak, dan memiliki toleransi yang rendah terhadap frustrasi (Olweus, 1993, dalam Smokowski & Kopasz, 2005). Mereka cenderung mengalami kesulitan dalam pemrosesan informasi sosial sehingga sering menginterpretasikan secara keliru

perilaku anak lain sebagai perilaku bermusuhan, bahkan ketika sebenarnya sikap permusuhan itu tidak ditunjukkan anak lain tersebut (Dodge, 1991; McNamara & McNamara, 1997, dalam Smokowski & Kopasz, 2005).

Kebanyakan pelaku *bullying* memiliki sikap yang mendukung kekerasan sebagai sarana untuk menyelesaikan permasalahan mereka atau sebagai sarana memperoleh apa yang mereka inginkan (Carney & Merrell, 2001; Glew dkk, 2000, dalam Smokowski & Kopasz, 2005). Seringkali mereka memperoleh "*reward*" antara lain dengan perilaku negatif tersebut mereka justru memperoleh rokok, uang, ataupun *prestige* (Olweus, 1993, dalam Smokowski & Kopasz, 2005). Perilaku *bullying* tersebut juga mereka pergunakan untuk mempertahankan dominasi dan mereka kurang memiliki rasa empati terhadap korban (Beale, 2001, dalam Smokowski & Kopasz, 2005).

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa latar belakang para pelaku *bullying* memiliki kekhasan, banyak di antara mereka orang tuanya tidak memberikan panduan atau bimbingan yang cukup mengenai perilaku positif. Pola asuh yang terlalu permisif, terlalu keras, atau tidak konsisten dalam menjalankan disiplin juga berpengaruh dalam pembentukan seorang anak memiliki kecenderungan melakukan *bullying* terhadap anak lain. Ketika kita sebagai orang tua tidak secara konsisten memberikan konsekuensi ketika anak kita mengabaikan atau melanggar peraturan, maka secara tidak langsung kita memperbesar kemungkinan nantinya anak kita dapat menjadi pelaku *bullying*. Pola asuh yang demikian memberikan *reward* bagi perilaku negatif dan secara tidak langsung mengajarkan pada anak-anak untuk berperilaku menyimpang.

Dampak dan Bahaya Bullying

Fenomena *bullying* ibarat fenomena gunung es yang nampak "kecil" di permukaan, namun menyimpan berjuta permasalahan yang sebagian besar di antaranya tidak mudah ditangkap oleh mata orang tua ataupun guru. Sebagaimana dikemukakan dalam paparan sebelumnya, masyarakat (khususnya para orang tua dan guru) seringkali terlena oleh kesan "remeh" fenomena *bullying*, sehingga mengesampingkan dampak dan bahayanya yang luar biasa yang muncul di

kemudian hari baik terhadap korban *bullying*, pelaku *bullying*, maupun dampak yang lebih luas lagi terhadap masyarakat kita.

Di satu sisi, teman sebaya (*peer group*) merupakan dunia yang tak terpisahkan dan penting bagi anak, namun di sisi lain anak dapat mengalami stress dan sensitif dalam pergaulannya dengan teman sebaya. Hal ini antara lain muncul sebaya akibat dari perkataan negatif teman sebaya terhadap kondisi tertentu yang dimiliki anak semisal kondisi fisiknya. Dalam Priyohadi (2010) dikatakan bahwa dalam pergaulannya denganteman sebaya, anak dapat menjadi mudah tersinggung oleh kekurangan-kekurangan “bawaan”. Misalnya bentuk bibir yang tadinya tidak menjadi masalah, berubah menjadi *stressor* karena anak merasa tidak puas dengan kondisi fisik bibirnya yang dikatakan terlalu lebar atau terlalu tipis oleh teman-temannya.

Kasus penembakan di sekolah di Littleton, Colorado, USA pada 20 April 1999 silam masih menimbulkan trauma mendalam bagi masyarakat, khususnya bagi pihak-pihak yang langsung terkait kejadian tersebut (Espelage & Swearer, 2004). Dalam kasus penembakan yang lain, seseorang menembaki 14 anak di taman bermain. Studi longitudinal terhadap anak-anak yang hadir di sekolah ketika terjadi penembakan terhadap teman-teman mereka oleh Nader, dkk. (1990), dalam Luthar (2006) menunjukkan gangguan yang berat. Gangguan psikis juga dialami oleh anak-anak lain yang hadir di sekolah tersebut walaupun tidak secara langsung menyaksikan adegan penembakan teman-teman mereka. Bahkan anak-anak lain yang bersekolah di tempat yang sama namun tidak hadir di sekolah pada saat hari kejadian penembakan tersebut, juga merasakan dampaknya. Anak-anak yang paling terpengaruh secara psikologis adalah anak-anak yang memiliki kedekatan emosi atau keakraban dengan korban penembakan. Kita dapat menyimpulkan bahwa dampak kejadian yang melibatkan unsur kekerasan dapat menorehkan luka batin yang mendalam.

Dalam kasus-kasus *bullying*, sejalan dengan perlakuan negatif yang berlangsung terus menerus, paparan terhadap kekerasan secara berkelanjutan memiliki efek yang sangat negatif, seperti munculnya problem kecemasan, depresi,

dan mengalami penurunan kemampuan belajar dikarenakan ia mengalami kesulitan konsentrasi dan penurunan dalam memorinya sehingga prestasi anak secara akademis akan menurun secara signifikan (Cauce, dkk, 2003; Cooley-Quille, Boyd, Frantz & Walsh, 2001; Garbarino, 1995; Margolin & Gordis, 2000; Osofsky, 1995, dalam Luthar, 2006).

Terkadang korban *bullying* mengalami depresi yang ekstrim sehingga ia mempertimbangkan atau bahkan melakukan upaya bunuh diri. Sebagai contoh, pada 2006 lalu, M, seorang remaja berusia 13 tahun, melakukan bunuh diri setelah ia terus menerus menjadi korban *online bullying/cyberbullying* oleh temannya. M diolok-olok mengenai berat badannya yang berlebihan dan teman M tersebut mengatakan bahwa dunia akan menjadi tempat yang lebih baik tanpa adanya M. Dari kasus M tersebut kita dapat melihat betapa seriusnya dampak yang dimunculkan oleh perilaku *bullying*. Tidak semua kasus *bullying* akan berdampak pada kejadian yang sangat ekstrim seperti ini, namun kita dapat mengambil pelajaran bahwa tidak ada bentuk kekerasan apapun yang layak dianggap ringan kasus-kasus lain yang tidak semua dapat dipaparkan dalam tulisan ini juga memperkuat alasan kita untuk tidak lagi menganggap *bullying* sebagai perilaku yang wajar dari anak-anak. Ditinjau dari dampaknya, *bullying* jelas merupakan permasalahan yang sangat serius.

Anak-anak yang mengalami *bullying*, mungkin saja nampak mampu mengatasinya. Dalam konsep resiliensi, kemampuan anak untuk menjadi tangguh (*resilience*) bersifat fluktuatif dari satu ke lain waktu. Anak-anak yang mengalami *bullying* dan nampak resilien menghadapi permasalahan tersebut yang nampak dalam perilakunya yang tidak bermasalah, boleh jadi sesungguhnya masih bergulat dengan *inner distress* dalam diri mereka. Sementara orang lain melihatnya tangguh, ia sesungguhnya rentan di dalam dirinya (Luthar, 2006). Anak-anak dengan pengalaman semacam ini apabila tidak memperoleh bantuan dan penanganan yang semestinya akan berkembang menjadi remaja yang secara perilaku nampak kuat dan normal, namun pada saat bersamaan secara psikologis ia seorang remaja yang rentan (D'Imperio, Dubow, &

Ippolito, 2000; Luthar & Zelazo, 2003; Zucker, dkk, 2003 dalam Luthar, 2006).

Selanjutnya akan dipaparkan beberapa miskonsepsi umum dari orang tua, masyarakat, ataupun pihak-pihak lain terkait *bullying* yang kontraproduktif bagi upaya mengatasi permasalahan yang serius ini. Yang pertama, yakni kecenderungan masyarakat untuk menilai suatu sekolah dari lingkungannya. Apabila sebuah sekolah terletak di lingkungan yang kumuh dan penuh kekerasan. Orang tua akan segera menyimpulkan bahwa sekolah tersebut tidaklah aman. Di sisi lain, apabila sekolah tersebut nampak rapi dan bersih, para siswanya berseragam rapi, dan tidak nampak ada perkelahian fisik, maka orang tua berpikir bahwa sekolah tersebut aman bagi anak-anaknya. Padahal tidaklah selalu demikian. Kekerasan, termasuk di dalamnya *bullying*, dapat muncul dalam berbagai bentuk, misalnya *social bullying* (Twemlow & Sacco, 2008)

Bullying atau kekerasan dalam bentuk apapun yang terjadi di sekolah seringkali dianggap bukan menjadi urusan orang tua dan sepenuhnya menjadi tanggung jawab sekolah. Hal ini seringkali memperparah dampak *bullying*, terutama bagi korban (Twemlow & Sacco, 2008)

Alternatif Solusi atas Bullying

Solusi yang lebih efektif yakni program yang menjadikan sistem sosial sebagai sasaran perubahan, dan bukan hanya berfokus terhadap perubahan individual baik dari sisi pelaku maupun korban *bullying*. Perlu dipahami bahwa *bullying* merupakan perilaku instrumental. Tanpa disadari perilaku tersebut telah diberikan *reward* oleh lingkungan baik *reward* yang kasat mata seperti barang-barang dan uang yang diberikan korban pada pelaku, ataupun *reward* tidak kasat mata seperti perasaan dominan, berkuasa, dan ditakuti oleh anak-anak lain yang dianggapnya lebih lemah. Maka, dalam Espelage dan Swearer (2004) dikatakan bahwa *bullying* akan dapat dikurangi secara signifikan apabila sistem tempat di mana *bullying* tersebut muncul tidak memberikan imbalan apapun, dan justru memberikan “denda” atau hukuman tiap kali perilaku *bullying* muncul.

Salah satu program yang sangat komprehensif yang ditujukan untuk

menanggulangi *bullying* dan terbukti efektif yakni the bully busters program. Fokus dari program ini yakni merubah sistem sosial sehingga kemunculan *bullying* bisa dihindarkan (Espelage & Swearer, 2004). Program tersebut memiliki beberapa prinsip utama sebagai berikut:

Prinsip utama yang pertama yakni bahwa merubah lingkungan lebih berdampak kuat daripada merubah individu per individu. Problem *bullying* seharusnya dilihat sebagai fungsi interaksi antara dua pihak, maka dalam mengubahnya kedua pihak (pelaku dan korban) harus diubah, dan pola hubungan dan interaksi antara keduanya pun harus pula diubah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dalam rangka mengubah hal ini, pendekatan yang berfokus pada upaya merubah lingkungan sekolah terbukti lebih efektif. Penekanan yang kuat diberikan pada pentingnya upaya meningkatkan kesadaran dan *skill* para guru dan *skill* semua siswa di sekolah, terlepas dari apakah mereka korban atau pelaku *bullying* ataukah mereka bukan pihak yang terlibat secara langsung (Espelage & Swearer, 2004). Sejatinya bukan hanya pihak-pihak yang terlibat langsung saja yang terkena dampak *bullying*, namun seluruh siswa di sekolah tersebut terpengaruh oleh adanya *bullying*.

Prinsip kedua, yakni pencegahan lebih baik daripada intervensi. Prinsip ini merupakan prinsip dasar yang selalu dipakai dalam berbagai permasalahan yang terjadi, bagaimanapun pencegahan permasalahan *bullying* tentu lebih utama dibandingkan melakukan intervensi sesudah terjadinya *bullying*. Fenomena kekerasan biasanya merupakan suatu rangkaian kejadian. Untuk memahaminya, kita harus menelusuri apa yang menyebabkan munculnya hal tersebut. Dalam rangka upaya pencegahan ini, seluruh komponen sekolah, khususnya guru-guru harus dipahami mengenai program pencegahan *bullying* ini. Semua guru harus dilibatkan dalam program pencegahan *bullying* ini, sehingga penerapan di masing-masing kelas selaras dalam menggunakan pendekatan anti kekerasan, sehingga dampaknya menjadi lebih luas. Program yang komprehensif dan melibatkan seluruh elemen sekolah akan lebih efektif mencegah *bullying* dan meningkatkan rasa aman di sekolah dibandingkan memfokuskan pada sebagian siswa

melalui pendekatan individual. Tentu saja merupakan suatu hal yang lebih baik untuk mencegah *bullying* melalui mengajak dan mengajarkan para guru dan siswa untuk mengembangkan *skill* personal dan interpersonal (kompetensi sosial) yang lebih efektif dibandingkan melakukan penanggulangan pasca terjadinya kasus *bullying*.

Masa-masa sekolah dasar merupakan masa ideal untuk mengajarkan kemampuan manajemen konflik dengan jalan damai dan juga menanamkan nilai-nilai anti kekerasan. Berdasarkan hasil penelitian, merupakan hal yang sangat penting untuk melakukan upaya mengubah budaya kekerasan dalam sekolah. Program anti *bullying* bukan hanya ditujukan pada korban dan pelaku *bullying*, akan tetapi melibatkan semua elemen sekolah. Di mana dampak dari perilaku *bullying* dan perilaku kekerasan yang lain seringkali diperbesar oleh orang-orang atau anak-anak lain yang mengetahui kejadian tersebut namun membiarkan hal tersebut berlangsung, entah karena kekurangpahaman mereka ataukah karena sebab-sebab lain. Dengan mengajak semua siswa bekerja sama, dan bukan hanya korban maupun pelaku *bullying*, perubahan yang terjadi akan lebih luas di seluruh siswa di kelas, di seluruh sekolah, bahkan lebih luas dari itu.

Prinsip yang ketiga, yakni bahwa dalam merubah lingkungan dibutuhkan dukungan dan pemahaman dari berbagai pihak, khususnya para guru. Manajemen kelas, menetapkan aturan-aturan yang diberlakukan dalam kelas, dan mengembangkan solusi terhadap berbagai permasalahan yang problematik sementara di saat yang sama tetap dituntut oleh berbagai standar merupakan suatu tugas yang sama sekali tidak mudah. Guru satu dengan guru yang lain dalam suatu sekolah atau antar sekolah perlu berbagi pengalaman dan sumber dalam memecahkan berbagai permasalahan. Guru-guru juga memerlukan *teacher support team* untuk membantu mereka dalam melaksanakan tugas mulia yang penuh dengan tantangan tersebut. Untuk memudahkan proses berbagi informasi, berbagi pengalaman, atau berbagi kesulitan dan keluh kesah perlu dibentuk struktur tersendiri, karena biasanya proses berbagi tersebut tidak

selalu terjadi dengan sendirinya hanya dengan berbekal harapan akan munculnya kesadaran masing-masing individu.

Dalam sebuah buku yang sangat menarik karya David A. Hamburg dan Beatrix A. Hamburg (2004) yang menyajikan alternatif pencegahan kekerasan "Learning to Live Together: Preventing Hatred and Violence in Child and Adolescence Development" disebutkan bahwa dalam rangka pencegahan kekerasan terdapat tiga prinsip utama yakni: (1) Perubahan Sistemik pada Sekolah; (2) Program untuk Siswa; & (3) Kebijakan Publik. Menurut Hamburg & Hamburg (2004), hal ini penting karena masa sekolah memiliki potensi yang sangat besar untuk memberikan pengaruh baik ataupun buruk. Kasus penembakan di sekolah yang telah dituliskan sebelumnya menunjukkan bahaya dari perilaku tidak terkendalikan dari sekelompok anak-anak muda yang mengalami ketidakbahagiaan yang mendalam, dalam hal ini ketidakbahagiaan mendalam yang mereka alami menjadi predisposisi perilaku kekerasan mereka tersebut. Dan secara tidak menguntungkan, banyak sekolah yang secara tidak sengaja telah mengizinkan iklim sosial yang tidak toleran dan tidak membiasakan untuk saling menghormati antara satu sama lain orang-orang atau anak-anak yang menjadi penghuninya, di mana iklim yang tidak toleran dan disrespect ini telah membawa korban alienasi, kesedihan, penderitaan, bahkan jatuhnya korban nyawa di antara siswa yang seharusnya berhak atas iklim sekolah yang lebih aman dan nyaman secara psikologis dan sosial, dan lebih konstruktif dan supportif bagi perkembangan mereka. Tentunya iklim yang positif sebagaimana yang kita bicarakan tersebut merupakan harapan kita semua, dan perlu untuk kita dukung sepenuhnya serta kita upayakan secara sungguh-sungguh.

PENUTUP

Dari pembahasan di atas kita dapat melihat betapa seriusnya permasalahan *bullying*, dan hal ini bukan hanya serius bagi pihak-pihak yang menjadi korban, tetapi hal ini merupakan permasalahan besar bagi kita semua. Dilihat dari prevalensinya yang tinggi, *bullying* jelas

merupakan permasalahan yang mendesak untuk dicarikan berbagai alternatif solusi untuk diterapkan secara sistematis oleh seluruh pihak yang terkait, khususnya pihak orang tua dan pihak sekolah. Dampak yang luar biasa dari *bullying* yang bukan hanya mempengaruhi anak secara jangka pendek, namun juga jangka panjang harus menjadi alasan yang kuat bagi kita semua untuk segera bertindak.

Berbagai alternatif solusi telah dimunculkan dan berbagai alternatif program intervensi telah ditawarkan, namun pada akhirnya keberhasilan penanganan *bullying* tergantung pada komitmen semua pihak untuk melaksanakan program anti *bullying* tersebut. Bahkan akan lebih baik lagi apabila semenjak dini kita semua berkomitmen untuk menciptakan lingkungan keluarga dan lingkungan sekolah yang anti *bullying* dan

menjunjung tinggi nilai-nilai dan sikap-sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain sehingga kasus-kasus *bullying* bukan hanya bisa ditanggulangi namun juga dimungkinkan untuk kita cegah.

Sebagai penutup, penulis mengungkapkan bahwa tulisan dimaksudkan untuk menjadi bahan pembahasan dan yang justru tidak kalah pentingnya yakni diperlukan tindak lanjut berupa langkah-langkah *konkrit*. Penulis berharap tulisan yang bersumber dari kajian teoretis ini mampu memberi masukan semua pihak yang, khususnya para orang tua, guru, psikolog pendidikan, psikolog sekolah, para konselor sekolah, yang banyak bersentuhan langsung dengan kasus-kasus *bullying* di sekolah maupun di lingkungan masyarakat.

PUSTAKA ACUAN

- Cowie, H & Jennifer, D. (2008). *New perspectives on bullying*. New York: McGraw-Hill.
- Espelage, D.L. & Swearer, S.M. (2004). *Bullying in American schools: A social-ecological perspective on prevention and intervention*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Hamburg, D.A., & Hamburg, B.A. (2004). *Learning to live together: Preventing hatred and violence in child and adolescence development*. New York: Oxford University press
- Luthar, S. (2006). *Resilience in development: A synthesis of research across five decades*. Dalam Cicchetti, D., & Cohen, D.J. (Ed.) *Developmental Psychopathology*. Hoboken, New Jersey: 2006.
- Maliki, A.E., Asagwara, C.G., & Ibu, J.E. (2009). *Bullying problems among school children*. *Journal Hum Ecol*, 25 (3): 209-213.
- Murphy, A.G. (2009). *Character education: Dealing with bullying*. New York: Chelsea House Publishers
- O'Moore, M. & Minton, S.J. (2004). *Dealing with bullying in schools: A training manual for teachers, parents, and other professionals*. London: Paul Chapman Publishing.
- Priyohadi, N.D. (2010). *Mengasihi anak sepenuh hati*. Yogyakarta: Pustaka Rahmad.
- Randall, P. (2002). *Bullying in adulthood: Assessing their bullies and their victims*. New York: Brunner-Routledge
- Smokowski, P.R. & Kopasz, K.H. (2005). *Bullying in school: An overview of types, effects, family characteristics, and intervention strategies*. *Children & School Journal*, 27 (2): 101-109.
- Twemlow, S.W. & Sacco, F.C. (2008). *Why school antibullying programs don't work*. Plymouth UK: Rowman & Littlefield Publishers.