

STUDI KASUS TENTANG AKIBAT DARI BULLYING YANG DILAKUKAN OLEH KONSELI DI SMK NEGERI 1 AMPEK ANGKEK

Ema Tami Lestari *¹

Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, S1 Bimbingan dan Konseling, Universitas Islam
Negeri (UIN) Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi, Indonesia
ematamilestari1123@gmail.com

Dodi Pasilaputra

Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, S1 Bimbingan dan Konseling, Universitas Islam
Negeri (UIN) Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi, Indonesia
dodippiainbukittinggi@gmail.com

Abstract

This research is entitled a case study about a student who bullied a friend in his class at school. Counselees who often bully their classmates feel that this is not a good thing to do. Generally, the problem in this research is how to help clients change their behavior and make clients aware that their actions are not correct. The approach used in this research is qualitative using descriptive methods and the form of research is a case study. In this research, individual counseling was carried out to help solve the client's problems by changing the client's thinking pattern from an irrational one to a rational one using the behavioral counseling approach model.

Keywords: Bully, Students, Guidance and Counseling.

Abstrak

Penelitian ini berjudul studi kasus tentang siswa yang melakukan pembullying di sekolah terhadap salah satu teman di kelasnya. Konseli yang sering membully teman kelasnya merasa bahwa hal tersebut kurang baik untuk dilakukan. Umumnya, permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimana membantu konseli mengubah perilakunya dan menyadarkan konseli bahwa tindakannya tidak benar. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan menggunakan metode deskriptif dan bentuk penelitiannya adalah studi kasus. Pada penelitian ini dilakukan konseling individual untuk membantu mengentaskan permasalahan konseli dengan cara mengubah pola pikir konseli dari yang irrasional menjadi pola pikir yang rasional dengan menggunakan model pendektan konseling behavior.

Kata kunci: Bully, Siswa, Bimbingan dan Konseling.

PENDAHULUAN

Kehidupan sosial manusia terdiri atas beberapa fase dan tingkatan. Pada saat lahir, manusia sebagai individu tumbuh dan berkembang di lingkungan keluarga.

¹ Korespondensi Penulis

Setiap hari, ia melakukan kontak dan interaksi dengan keluarga terutama orang tua. Pada fase ini, bayi ditanamkan nilai-nilai yang dianut oleh orang tuanya. Bertumbuh dewasa dan menjadi remaja, manusia sebagai individu mulai mengenal lingkungan yang lebih luas daripada keluarga.

Sosialisasi yang dialami individu mulai bertambah luas. Individu mulai berinteraksi dengan teman sebayanya. Hal ini membuat keterampilan sosial individu makin meningkat. Jika nilai-nilai yang ditanamkan oleh kedua orang tuanya diserap dengan baik, maka keterampilan sosial yang dimiliki oleh individu tersebut bisa menjadi lebih baik. Hal itu disebabkan karena manusia tumbuh dan berkembang dari fase ke fase tanpa meninggalkan apa yang telah ia pelajari dari fase sebelumnya. Sebaliknya, apabila sosialisasi nilai-nilai yang ditanamkan keluarga kurang terserap oleh anak, maka bisa jadi perkembangan perilaku dan psikososialnya terhambat. Akibatnya, remaja mulai menunjukkan gejala-gejala patologis seperti kenakalan dan perilaku-perilaku beresiko lainnya, salah satunya adalah bullying.

Saat ini, bullying merupakan istilah yang sudah tidak asing di telinga masyarakat Indonesia. Bullying adalah tindakan penggunaan kekuasaan untuk menyakiti seseorang atau sekelompok orang baik secara verbal, fisik, maupun psikologis sehingga korban merasa tertekan, trauma, dan tak berdaya (Sejiwa, 2008). Pelaku bullying sering disebut dengan istilah bully. Seorang bully tidak mengenal gender maupun usia. Bahkan, bullying sudah sering terjadi di sekolah dan dilakukan oleh para remaja.

Dampak yang diakibatkan oleh tindakan ini pun sangat luas cakupannya. Remaja yang menjadi korban bullying lebih berisiko mengalami berbagai masalah kesehatan, baik secara fisik maupun mental. Adapun masalah yang lebih mungkin diderita anak-anak yang menjadi korban bullying, antara lain munculnya berbagai masalah mental seperti depresi, kegelisahan dan masalah tidur yang mungkin akan terbawa hingga dewasa, keluhan kesehatan fisik, seperti sakit kepala, sakit perut dan ketegangan otot, rasa tidak aman saat berada di lingkungan sekolah, dan penurunan semangat belajar dan prestasi akademis.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang dilakukan pada penelitian ini adalah kualitatif dengan menggunakan metode deskriptif. Pada metode ini diperlukan banyak informasi guna mendapatkan bahan-bahan yang lebih luas. Terlebih untuk mencari tahu secara mendalam penyebab permasalahan dan alternatif bantuan yang tepat untuk anak yang memiliki rasa percaya diri yang rendah bagi konseli di SMK Negeri 1 Ampek Angkek. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu teknik non tes. Dalam penelitian ini teknik yang digunakan adalah wawancara, observasi, dan dokumentasi.

Berdasarkan teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian mengenai siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah, maka alat pengumpul

data yang sesuai untuk menunjang teknik-teknik tersebut di antaranya yaitu panduan wawancara, panduan observasi, dan dokumentasi.

Panduan wawancara yaitu alat yang digunakan peneliti dalam menunjang teknik wawancara dengan subjek kasus itu sendiri, konseli, guru bk, dan teman dekat, guna mendapatkan informasi secara langsung tentang masalah yang dihadapi subjek kasus, mengetahui faktor penyebab permasalahannya, penentuan model bantuan, pelaksanaan bantuan, evaluasi dan tindak lanjutnya.

Sedangkan panduan observasi yaitu alat yang digunakan untuk menunjang teknik observasi, adapun orang yang akan di observasi dalam penelitian ini adalah subjek kasus itu sendiri. Observasi yang dimaksud digunakan untuk mendapatkan informasi secara langsung tentang karakteristik gejala yang tampak pada subjek kasus, kegiatan yang dilakukan subjek kasus, sikap dan respon subjek kasus terhadap orang lain.

Dokumentasi adalah catatan fakta yang peneliti kumpulkan tentang peristiwa yang sudah terjadi pada subjek kasus yang sulit mengendalikan emosi yaitu seperti rapot, absensi, dan catatan kasus dari subjek kasus itu sendiri.

Setelah semua data diperoleh dengan alat pengumpul data seperti yang telah ditetapkan di atas, selanjutnya data tersebut akan diolah dan di analisis. Data dalam penelitian kualitatif diperoleh dari berbagai sumber dengan menggunakan teknik pengumpul data yang bermacam-macam dan dilakukan secara terus menerus.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian Bully

Kata *bullying* berasal dari Bahasa Inggris, yaitu dari kata *bull* yang berarti banteng yang senang merunduk kesana kemari. Dalam Bahasa Indonesia, secara etimologi kata *bully* berarti penggertak, orang yang mengganggu orang lemah. Sedangkan secara terminology menurut Definisi *bullying* menurut Ken Rigby dalam Astuti (2008;3 dalam Ariesto, 2009) adalah “sebuah hasrat untuk menyakiti. Hasrat ini diperlihatkan ke dalam aksi, menyebabkan seseorang menderita.

Aksi ini dilakukan secara langsung oleh seseorang atau sekelompok yang lebih kuat, tidak bertanggung jawab, biasanya berulang, dan dilakukan dengan perasaan senang”. *Bullying* adalah bentuk-bentuk perilaku kekerasan dimana terjadi pemaksaan secara psikologis ataupun fisik terhadap seseorang atau sekelompok orang yang lebih “lemah” oleh seseorang atau sekelompok orang. Pelaku *bullying* yang biasa disebut *bully* bisa seseorang, bisa juga sekelompok orang, dan ia atau mereka mempersepsikan dirinya memiliki power (kekuasaan) untuk melakukan apa saja terhadap korbannya. Korban juga mempersepsikan dirinya sebagai pihak yang lemah, tidak berdaya dan selalu merasa terancam oleh *bully*. (Jurnal Pengalaman Intervensi Dari Beberapa Kasus *Bullying*, Djuwita, 2005 ; 8, dalam Ariesto 2009)

Bullying adalah tindakan penggunaan kekuasaan untuk menyakiti seseorang atau sekelompok orang baik secara verbal, fisik, maupun psikologis sehingga korban merasa tertekan, trauma, dan tak berdaya (Sejiwa, 2008). Remaja yang menjadi korban *bullying* lebih berisiko mengalami berbagai masalah kesehatan, baik secara fisik maupun mental. Adapun masalah yang lebih mungkin diderita anak-anak yang menjadi korban *bullying*, antara lain munculnya berbagai masalah mental seperti depresi, kegelisahan dan masalah tidur yang mungkin akan terbawa hingga dewasa, keluhan kesehatan fisik, seperti sakit kepala, sakit perut dan ketegangan otot, rasa tidak aman saat berada di lingkungan sekolah, dan penurunan semangat belajar dan prestasi akademis. Dalam kasus yang cukup langka, anak-anak korban *bullying* mungkin akan menunjukkan sifat kekerasan.

Faktor Penyebab Terjadinya Bullying

Menurut Ariesto (2009), faktor-faktor penyebab terjadinya *bullying* antara lain:

a. Keluarga

Pelaku *bullying* seringkali berasal dari keluarga yang bermasalah : orang tua yang sering menghukum anaknya secara berlebihan, atau situasi rumah yang penuh stress, agresi, dan permusuhan. Anak akan mempelajari perilaku *bullying* ketika mengamati konflik-konflik yang terjadi pada orang tua mereka, dan kemudian menirunya terhadap teman-temannya. Jika tidak ada konsekuensi yang tegas dari lingkungan terhadap perilaku cobacobanya itu, ia akan belajar bahwa “mereka yang memiliki kekuatan diperbolehkan untuk berperilaku agresif, dan perilaku agresif itu dapat meningkatkan status dan kekuasaan seseorang”. Dari sini anak mengembangkan perilaku *bullying*.

b. Sekolah

Pihak sekolah sering mengabaikan keberadaan *bullying* ini. Akibatnya, anakanak sebagai pelaku *bullying* akan mendapatkan penguatan terhadap perilaku mereka untuk melakukan intimidasi terhadap anak lain. *Bullying* berkembang dengan pesat dalam lingkungan sekolah sering memberikan masukan negatif pada siswanya, misalnya berupa hukuman yang tidak membangun sehingga tidak mengembangkan rasa menghargai dan menghormati antar sesama anggota sekolah.

c. Kelompok Sebaya

Anak-anak ketika berinteraksi dalam sekolah dan dengan teman di sekitar rumah, kadang kala terdorong untuk melakukan *bullying*. Beberapa anak melakukan *bullying* dalam usaha untuk membuktikan bahwa mereka bisa masuk dalam kelompok tertentu, meskipun mereka sendiri merasa tidak nyaman dengan perilaku tersebut.

d. Kondisi lingkungan sosial

Kondisi lingkungan sosial dapat pula menjadi penyebab timbulnya perilaku *bullying*. Salah satu faktor lingkungan social yang menyebabkan tindakan *bullying* adalah kemiskinan. Mereka yang hidup dalam kemiskinan akan berbuat apa saja demi memenuhi kebutuhan hidupnya, sehingga tidak heran jika di lingkungan sekolah sering terjadi pemalakan antar siswanya.

e. Tayangan televisi dan media cetak

Televisi dan media cetak membentuk pola perilaku *bullying* dari segi tayangan yang mereka tampilkan. Survey yang dilakukan Kompas (Saripah, 2006) memperlihatkan bahwa 56,9% anak meniru adegan-adegan film yang ditontonnya, umumnya mereka meniru geraknya (64%) dan kata-katanya (43%).

Jenis-Jenis Bully

Bullying juga terjadi dalam beberapa bentuk tindakan. Menurut Coloroso (2007), *bullying* dibagi menjadi tiga jenis, yaitu:

a. *Bullying* Fisik

Penindasan fisik merupakan jenis *bullying* yang paling tampak dan paling dapat diidentifikasi diantara bentuk-bentuk penindasan lainnya, namun kejadian penindasan fisik terhitung kurang dari sepertiga insiden penindasan yang dilaporkan oleh siswa. Jenis penindasan secara fisik di antaranya adalah memukul, mencekik, mencakar, serta meludahi anak yang ditindas hingga ke posisi yang menyakitkan, serta merusak dan menghancurkan pakaian serta barang-barang milik anak yang tertindas. Semakin kuat dan semakin dewasa sang penindas, semakin berbahaya jenis serangan ini, bahkan walaupun tidak dimaksudkan untuk mencederai secara serius.

b. *Bullying* Verbal

Kekerasan verbal adalah bentuk penindasan yang paling umum digunakan, baik oleh anak perempuan maupun anak laki-laki. Kekerasan verbal mudah dilakukan dan dapat dibisikkan dihadapan orang dewasa serta teman sebaya, tanpa terdeteksi. Penindasan verbal dapat diteriakkan di taman bermain bercampur dengan hingar bingar yang terdengar oleh pengawas, diabaikan karena hanya dianggap sebagai dialog yang bodoh dan tidak simpatik di antara teman sebaya.

Penindasan verbal dapat berupa julukan nama, celaan, fitnah, kritik kejam, penghinaan, dan pernyataan-pernyataan bernuansa ajakan seksual atau pelecehan seksual. Selain itu, penindasan verbal dapat berupa perampasan uang jajan atau barang-barang, telepon yang kasar, *e-mail* yang mengintimidasi, tuduhan-tuduhan yang tidak benar, serta gosip.

c. *Bullying* Relasional

Jenis ini paling sulit dideteksi dari luar. Penindasan relasional adalah pelemahan harga diri si korban penindasan secara sistematis melalui pengabaian, pengucilan, pengecualian, atau penghindaran. Penghindaran, suatu tindakan

penyingkiran, adalah alat penindasan yang terkuat. Anak yang digunjingkan mungkin akan tidak mendengar gosip itu, namun tetap akan mengalami efeknya.

Penindasan relasional dapat digunakan untuk mengasingkan atau menolak seorang teman atau secara sengaja ditujukan untuk merusak persahabatan. Perilaku ini dapat mencakup sikap-sikap tersembunyi seperti pandangan yang agresif, lirik mata, helaan napas, dan bahasa tubuh yang kasar.

d. *Cyber bullying*

Ini adalah bentuk *bullying* yang terbaru karena semakin berkembangnya teknologi, internet dan media sosial. Pada intinya adalah korban terus menerus mendapatkan pesan negative dari pelaku *bullying* baik dari pesan di internet dan media sosial lainnya. Bentuknya berupa: mengirim pesan yang menyakitkan atau menggunakan gambar, meninggalkan pesan *voicemail* yang kejam, menelepon terus menerus tanpa henti namun tidak mengatakan apa-apa (*silent calls*), membuat *website* yang memalukan bagi si korban, korban dihindarkan atau di jauhi dari chat room dan lainnya, "*Happy slapping*" yaitu video yang berisi dimana si korban dipermalukan atau di *bully* lalu disebarluaskan.

Akibat-Akibat Dari Tindakan Bully

Dampak *bullying* bagi korban adalah:

a. Memicu masalah mental

Dampak yang sering terjadi adalah memicu kesehatan mental seperti, gangguan cemas, depresi, *post-traumatic stress disorder* (PTSD). Pengaruh *bullying* terhadap kesehatan mental ini biasanya dialami oleh korban dalam jangka waktu yang panjang.

b. Gangguan tidur

Insomnia juga menjadi salah satu dampak *bullying* bagi korban yang tidak boleh diremehkan. Hal ini karena, korban *bullying* sering kali mengalami stress berkepanjangan yang dapat menyebabkan *hyperarousal*, yaitu kondisi ketika tubuh menjadi sangat waspada sehingga mengganggu keseimbangan siklus tidur.

c. Penurunan prestasi

Korban *bullying* biasanya akan kesulitan untuk memusatkan fokus dan konsentrasinya saat sedang belajar. Korban juga sering merasa enggan untuk pergi ke sekolah karena ingin menghindari tindakan *bully* yang dialaminya. Apabila hal ini dibiarkan secara terus menerus, maka akan terjadinya penurunan prestasi bagi korban.

d. *Trust Issue*

Trust Issue merupakan kondisi ketika seseorang sulit untuk memercayai orang-orang yang ada di sekitarnya. Kondisi ini rentan dialami oleh korban *bullying* karena mereka khawatir akan mendapatkan perlakuan buruk Kembali apabila menaruh

kepercayaan terhadap orang lain. Hal ini dapat membuat korban menutup diri dan enggan untuk bersosialisasi.

e. Memiliki pikiran untuk balas dendam

Salah satu dampak *bullying* terhadap psikis korban adakah memiliki pikiran untuk balas dendam. Hal ini perlu diwaspadai karena bisa menyebabkan seseorang melakukan tindakan kekerasan kepada orang lain untuk melimpahkan kekesalannya.

Upaya-Upaya dalam Mencegah Bully

Pencegahan *bully* bisa dilakukan dengan membicarakan dengan anak seputar apa yang mereka anggap sebagai perilaku baik dan buruk di sekolah, di lingkungan sekitar maupun di media sosial. Pastikan orang tua memiliki komunikasi terbuka dengan anak supaya mereka merasa nyaman memberi tahu apapun yang terjadi dalam hidupnya.

Lakukan pencegahan *bully* secara menyeluruh dan terpadu. Langkah preventif ini bisa mulai dari anak, keluarga, sekolah maupun masyarakat.

a. Pencegahan melalui anak

Ajari anak agar mampu mendeteksi potensi terjadinya *bullying* sedini mungkin. Dorong mereka agar bisa melawan tindakan perundungan yang menimpanya. Berikut cara yang bisa ibu lakukan untuk mencegah *bullying* dalam keluarga:

- 1) Hindari kelompok yang suka merundung
- 2) Ajarkan anak untuk memilih kelompok bermain yang tepat
- 3) Kenalkan anak pada orang dewasa yang bisa membantu mereka saat mengalami perundungan. Misalnya, guru atau pendamping pada lokasi tertentu.
- 4) Ajarkan anak untuk mengolah emosi saat mengalami perundungan.
- 5) Minta anak untuk selalu terbuka dan bercerita mengenai segala bentuk perundungan yang terjadi.

b. Pencegahan dari keluarga

Keluarga bisa melakukan beberapa pencegahan untuk menghindari anak dari perundungan, seperti:

- 1) Perkuat pola asuh yang mengajarkan cinta kasih kepada sesama dan menanamkan nilai-nilai keagamaan
- 2) Bentuk lingkungan yang penuh kasih sayang dan aman
- 3) Bangun rasa percaya diri anak dan tanamkan ketegasan dalam dirinya
- 4) Ajarkan etika dan gugah rasa empatinya supaya anak bisa menghargai dan peduli terhadap sesama
- 5) Jangan ragu untuk memberikan teguran saat ia melakukan kesalahan
- 6) Selalu dampingi anak dalam menyerap informasi dari televisi, internet dan media elektronik lainnya.

c. Pencegahan di sekolah

Berikut tindakan preventif *bullying* yang bisa dilakukan sekolah:

- 1) Membuat sistem pencegahan berupa pesan kepada murid, bahwa sekolah tidak menerima perilaku *bully* di sekolah dan membuat kebijakan “anti *bullying*”
- 2) Bangun komunikasi efektif antara guru dan murid
- 3) Rutin membuka ruang diskusi dan ceramah mengenai perilaku *bully* di sekolah
- 4) Ciptakan suasana lingkungan sekolah yang aman, nyaman dan kondusif
- 5) Menyediakan bantuan kepada murid yang menjadi korban *bully*
- 6) Melakukan pertemuan berkala dengan orangtua atau komite sekolah
- 7) Mengajarkan anak-anak mengenai dampak negatif dari *bullying*
- 8) Tingkatkan kepercayaan diri anak-anak dengan memberikan dukungan pada anak
- 9) Pastikan guru memberikan contoh pada murid dengan menghargai seluruh anggota sekolah
- 10) Ingatkan pada murid untuk selalu membantu dan memberikan perlindungan pada korban *bullying*.

d. Pencegahan di Masyarakat

Salah satu contohnya dengan membangun kelompok masyarakat yang peduli terhadap perlindungan anak, mulai dari tingkat desa atau kampung. Dalam masyarakat ada beberapa hal yang bisa berguna sebagai pencegahan, seperti:

- 1) Ajarkan kelompok muda untuk melakukan berbagai kegiatan sosial.
- 2) Membangun kelompok masyarakat yang peduli terhadap perlindungan anak. Caranya bisa dimulai dari tingkat desa/kampung (Perlindungan Anak Terintegrasi Berbasis Masyarakat : PATBM).

Berbagai tindakan sebagai langkah pencegahan perlu anak-anak kenal sejak dini. Hal ini karena tindakan perundungan dapat terjadi kapan saja. Tindakan tidak terpuji ini bisa terjadi pada lingkungan sekolah, pekerjaan, keluarga, hingga pertemanan. Jadi, sebaiknya pastikan anak-anak mengetahui dampak spesifik bagi korban maupun pelaku.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan mengenai studi kasus tentang akibat dari tindakan *bullying* yang dilakukan oleh salah satu konseli di SMK Negeri 1 Ampek Angkek adalah salah satunya menggunakan layanan bimbingan dan konseling. Layanan yang digunakan yaitu berupa konseling individual yang diberikan kepada konseli. Pemahaman mengenai *bullying* sangat diperlukan bagi semua kalangan, termasuk anak-anak, remaja, dan orang dewasa. Hal ini sangat penting karena *bullying* memiliki dampak buruk yang sangat banyak. Tidak hanya terganggunya kesehatan mental korban, bahkan fisik korban juga dapat terganggu dan terancam. Untuk itu, setiap keluarga, sekolah, dan lingkungan masyarakat harus

dapat mencegah tindakan *bullying* dan mengentaskan permasalahan *bullying* yang terjadi.

REFERENSI

- A, Ariesto. 2009. *Pelaksanaan Program Anti Bullying*. Teacher Empowerment
- Arigiati, H. B. 2009. *Studi Kasus Perilaku Bullying Pada Siswa SMA di Kota Yogyakarta*. Jurnal Penelitian, Vol.5 Yogyakarta
- Astuti, P. R. 2008. *Meredam Bullying: 3 Cara Efektif Menanggulangi Kekerasan Pada Anak*. Jakarta: Grasindo
- B, Coloroso. 2003. *Penindas, Tertindas, dan Penonton: Resep Memutus Rantai Kekerasan Anak dari Prasekolah Hingga SMU*. Jakarta: Serambi
- Hawari, D. 2011. *Manajemen Stress, Cemas, dan Depresi*. Jakarta: Balai Penerbit FK UI
- Parsons, L. 2009. *Bullied Teacher Bullied Student: Mengenali Budaya Kekerasan di Sekolah Anda dan Mengatasinya*. Jakarta: Grasindo
- Priyatna, A. 2010. *Let's End Bullying: Memahami, Mencegah, dan Mengatasi Bullying*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo
- Sejiwa, Y. S. 2008. *Mengatasi Kekerasan dari Sekolah dan Lingkungan Anak*. Jakarta: Grasindo