

Preventif Tindakan Bullying Dengan Kegiatan Olahraga

Eko Purnomo^{*)1}, Afrizal S², Eddy Marheni³

¹²³ Pendidikan Kepelatihan /Fakultas Ilmu Keolahragaan/ Universitas Negeri Padang

^{*)}Corresponding author, ✉ ekopurnomo@fik.unp.ac.id

Revisi 05/11/2019;

Diterima 01/12/2019;

Publish 08/01/2020

Kata kunci: Bullying;
SMK; school bullying

Abstrak

Permasalahan bullying kembali muncul di permukaan setelah beberapa kasus dan kejadian di beberapa daerah di Indonesia, seperti di Sulawesi Selatan dan juga di Pontianak. Pemerhati anak, organisasi dan juga Presiden RI (Bapak Jokowi) meminta untuk mengusut tuntas dan menyelesaikan kasus tersebut. Beberapa hasil research mengatakan bahwa korban bullying memiliki dampak negatif dan tidak sedikit jika bullying dilakukan dengan cara yang keras akan mengakibatkan depresi dan bahkan korban mengalami trauma jangka panjang. Yang lebih buruk korban akan melakukan tindakan bunuh diri karena tidak kuat menanggung tindakan bullying. Metode pelaksanaan pengabdian ini adalah dengan cara sosialisasi door to door kepada sekolah-sekolah SMK di Kabupaten Pesisir Selatan untuk memberikan penyuluhan dan sosialisasi bahaya bullying, dan juga tindakan bullying yang tidak disadari. Selain itu cara mengatasi bullying bagi korban dengan solusi yang ditawarkan oleh tim pengabdian. Hasil pengabdian ini menjelaskan bahwa siswa baru mengetahui bahwa bullying memiliki banyak bentuk, dan yang mereka tau hanya bullying secara verbal, mereka tidak sadar bahwa kekerasan juga termasuk dalam kategori bullying. Diperoleh bahwa siswa lebih tau macam-macam bullying dan juga cara mengatasinya jika menjadi korban.



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2020 by author (s)

PENDAHULUAN

Analisis Situasi

Belakangan ini, bullying kembali muncul dipermukaan, yang sangat hangat adalah dengan kasus yang terjadi di Sulawesi Selatan dan di Pontianak. Dimana pelakunya adalah siswa sekolah atau pelajar dan juga dilakukan di lingkungan sekolah. Kejadian ini banyak menyita perhatian, tidak luput juga Presiden RI (Bapak Jokowi) dalam unggahan status di sosial mediana, serta banyak artis, pemerhati anak dan juga masyarakat yang datang langsung untuk melihat dan juga memberikan dukungan moral kepada korban. Sekolah yang notabennya adalah tempat mengemban ilmu tidak seharusnya terjadi bullying, dan seharusnya harus bisa dihindari jauh sebelum kejadian berlangsung. Kurangnya perhatian dan juga cara menghadapi bullying juga menjadi masalah besar bagi siswa sekolah. Terlebih kasus yang paling banyak

terjadi pada siswa SMP dan juga SMA/SMK. Maka penting dalam proses pendidikan diterapkan sebuah program yang dapat mengantisipasi terjadinya bullying.

Bullying adalah bentuk perilaku agresif dimana seseorang dengan sengaja dan berulang kali menyebabkan orang lain cedera atau merasakan ketidaknyamanan. *Bullying* dapat berupa kontak fisik, kata-kata atau tindakan (Rekha, 2015). Contoh perilaku *bullying* antara lain mengejek, menyebarkan rumor, menghasut, mengucilkan, menakut-nakuti (intimidasi), mengancam, menindas, memalak, atau menyerang secara fisik (mendorong, menampar, atau memukul). *Bullying* merupakan perilaku yang menggunakan kekuasaan atau kekuatan untuk menyakiti seseorang atau sekelompok orang, suatu perilaku mengancam, menindas, dan membuat perasaan orang lain tidak nyaman (Andriansyah Adha Pratama, Diah Krisnatuti, Dwi Hastuti. 2014). *Bullying* dapat berupa kontak fisik, verbal, dan nonverbal baik langsung maupun tak langsung. Hal yang lebih mengkhawatirkan adalah *bullying* di tingkat sekolah dasar lebih tinggi dari pada di tingkat sekolah menengah (Dake, Price, dan Telljohann, 2003).

Bullying terjadi di desa desa atau perkotaan, pada semua strata sosial, sekolah besar maupu kecil, pada lingkungan pendidikan, hubungan romantis seperti pacar dan tempat kerja (Latifah Nur Ahyani, Ridwan Budi Pramono, Dwi Astuti. 2018). Singkatnya, bullying merupakan permasalahan yang terjadi hampir di seluruh dunia (Swearer et al., 2012). Perilaku bullying di sekolah merupakan permasalahan serius secara individu, sosial dan pendidikan yang mempengaruhi kehidupan anak di sekolah (Tepetas, Akgun, & Altun, 2010). Banyak penelitian melaporkan bahwa siswa yang mengalami bullying baik sebagai pelaku, korban dan saksi jumlahnya sangat signifikan (Topcu & Erdur-Baker, 2012).

Perilaku *bullying* sampai saat ini menjadi kajian yang terus berkembang seiring dengan terjadinya tindakan perilaku *bullying* di berbagai area khususnya di lingkungan sekolah (Faizah, Ulifa Rahma, Yunita Kurniawati. 2016). Menurut Berthold & Hoover (2000) perilaku *bullying* memiliki efek jangka pendek diantaranya adalah depresi pada korban, serta perubahan aktivitas siswa di sekolah yang berupa menurunnya minat dalam menyelesaikan tugas-tugas dan ketertarikan untuk mengikuti kegiatan. Selain itu akibat jangka panjang dari penindasan kesulitan dalam hubungan sosial yang meliputi kesulitan membina hubungan dengan lawan jenis dan kecemasan akan diperlakukan secara tidak menyenangkan oleh teman sebaya. Oleh karena itu perilaku *bullying* yang menimbulkan ancaman masalah psikis maupun fisik sebaiknya dicegah.

Menurut Cahyono (2012), jika siswa berkebutuhan khusus mempunyai tantangan yang tinggi dalam lingkungan akademik. Ketika siswa mengalami *bullying* bisa jadi akan berdampak langsung bagi pendidikan siswa. Selain itu, implikasi dari *bullying* bisa menimbulkan dampak negatif. Kondisi yang terjadi diantaranya siswa yang menjadi mogok sekolah sehingga menyebabkan tingginya absensi siswa, penurunan prestasi siswa yang terkait dengan kehilangan minat untuk berprestasi, adanya ketidakmampuan untuk berkonsentrasi serta meningkatnya *drop out*.

Bullying dapat terjadi di lingkungan sekolah, terutama di tempat-tempat yang bebas dari pengawasan guru, maupun orang tua (Yeni Agus Tri Puryanti dan Harmanto. 2016). Guru yang sadar akan potensi *bullying* harus lebih sering memeriksa tempat-tempat seperti ruang kelas, lorong sekolah, kantin, pekarangan sekolah, lapangan, dan toilet pada saat yang tidak diperkirakan oleh siswa akan ada pemeriksaan (dilakukan pemeriksaan rutin tetapi pada jam-jam tertentu), serta dengan pengawasan yang menyeluruh dan pemantauan yang intensif, guru dapat mengatasi terjadinya *bullying* (Sejiwa. 2008).

Bullying dari waktu ke waktu terus menghantui anak-anak Indonesia. Kasus *bullying* yang sering dijumpai adalah kasus siswa remaja. Dampak lain yang dialami korban *bullying* adalah mengalami berbagai macam gangguan yang meliputi kesejahteraan psikologis yang rendah dimana korban akan merasa tidak nyaman, takut, rendah diri, serta tidak berharga.

Solusi dan Target

Solusi yang ditawarkan adalah dengan pendekatan door to door kepada para siswa SMK yang ada di SMK Pesisir Selatan. Pendekatan secara personal dan lebih melihat keadaan serta melihat kejadian yang terjadi di lapangan. Pada prinsipnya setiap tempat atau kota memiliki karakteristik yang berbeda-beda mengenai bullying, sehingga penanganannya sedikit banyak memiliki perbedaan pula. Khusus pada SMK yang ada di Pesisir Selatan, bentuk bullying yang masih banyak terjadi adalah body shaming, atau yang biasa dikenal dengan mencela atau menilai sebatas fisik, seperti besar, kurus, pendek, keriting, dan lainnya. Solusi yang ditawarkan dari permasalahan adalah memberikan penjelasan dan praktik langsung, bagaimana jika siswa menjadi korban bullying, dan bagaimana mengatasi agar tidak terjerumus menjadi pelaku bullying. Diakhir pelaksanaan pengabdian ini, siswa diujicobakan dengan beberapa soal mengenai bullying untuk melihat seberapa paham dan mampu mengaplikasikan materi yang telah diberikan selama pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat. Target yang diinginkan adalah, jika tidak bisa hilang 100% maka setidaknya berkurang bullying di sekolah, kemudian siswa mampu mengatasi dan mencari solusi jika menjadi korban bullying.

METODE PELAKSANAAN

Tempat dan Waktu

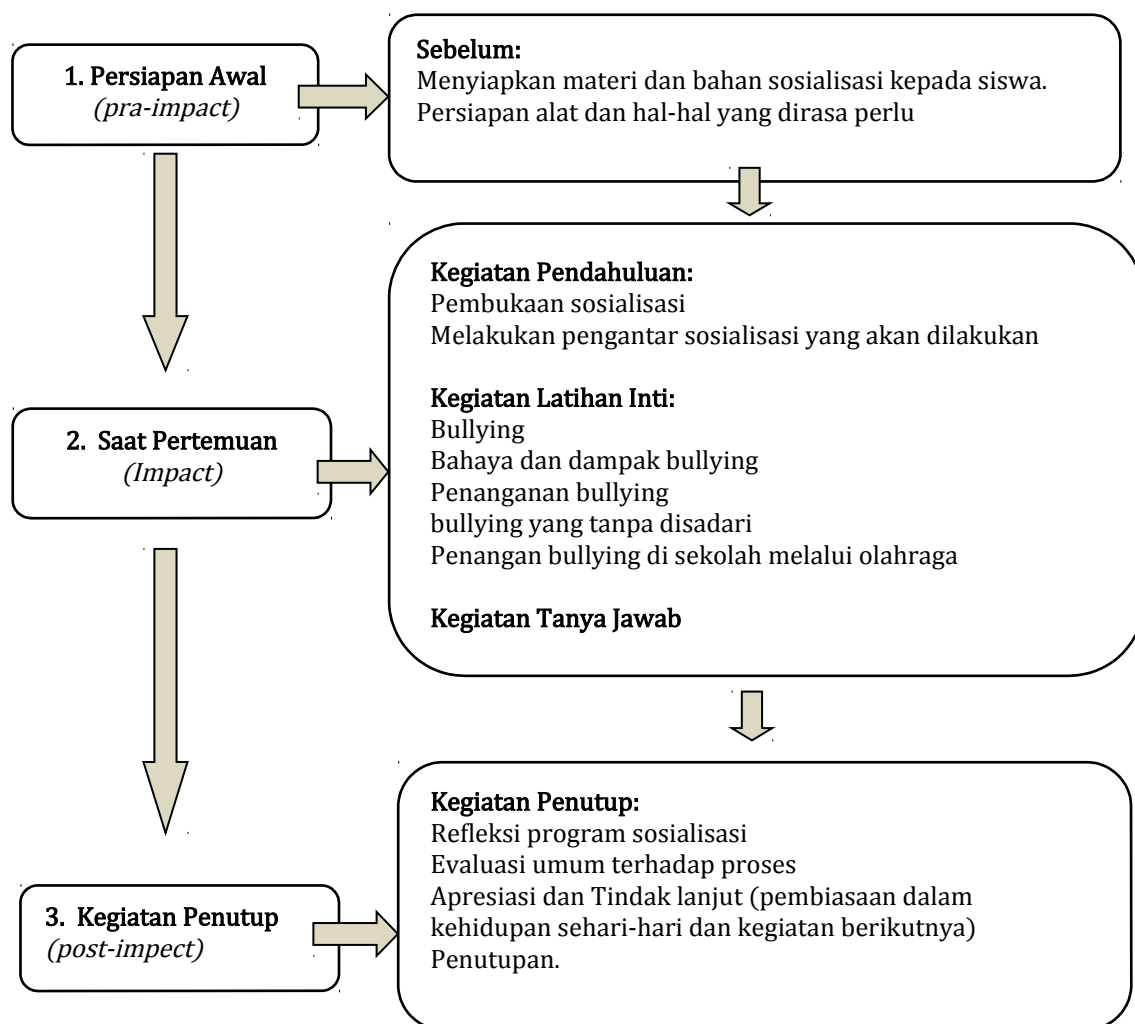
Tempat pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan di SMK Pesisir Selatan yang berpusat kepada kantor Cabang Dinas Pendidikan Wilayah VII Pesisir Selatan. Waktu pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan selama 4 minggu pada bulan Agustus 2019, tetapi mulai dari sosialisasi, perencanaan serta berdiskusi dengan mitra mengenai kegiatan pengabdian sudah dimulai sejak bulan maret dan sampai evaluasi pelaksanaan dilakukan pada bulan September ini. Berikut adalah rincian pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat.

No	Nama Kegiatan	Bulan											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	Sosialisasi dengan mitra			√	√								
2	Perencanaan dan persiapan				√	√	√						
3	Pelaksanaan pengabdian					√	√	√	√				
4	Evaluasi pelaksanaan							√	√	√			

Khalayak Sasaran

Sasaran utama adalah siswa SMK se Pesisir Selatan, dengan pemilihan siswa dilakukan secara acak dan disesuaikan dengan kesiapan sekolah untuk mengirimkan siswa/i mengikuti kegiatan pengabdian ini.

Metode Pengabdian



Gambar 1. Metode Pelaksanaan Preventif Tindakan Bullying Pada siswa SMK di Pesisir Selatan

Indikator Keberhasilan

Karena perubahan sikap tidak bisa diamati dalam jangka waktu 1-2 bulan maka pengabdian mengambil inisiatif dengan melakukan tes pengetahuan sebelum pelaksanaan dan setelah pelaksanaan, kemudian pengabdian mengawasi serta melihat aplikasi terhadap materi yang diberikan.

Metode Evaluasi

Melakukan tes awal dan akhir, berupa butir poin untuk melihat perubahan sikap dari seorang siswa. Dan sampai saat ini masih terjadi komunikasi dengan masing-masing sekolah untuk mengetahui bagaimana sikap dari para siswa, apakah terjadi perubahan atau tidak. Karena perubahan sikap tidak bisa dilihat dalam waktu singkat.

Uraian hasil dari penilaian atau tes awal.

Penilaian

3: Sering, paham, mengerti

2: Tidak sering, cukup paham, cukup mengerti

1: Tidak pernah, tidak paham, tidak mengerti

Tabel 1. Hasil Penilaian Siswa Mengenai Bullying (Pre Action)

No	Uraian	3	2	1
Pemahaman mengenai bullying				
1	Bullying Verbal	12	26	62
2	Bullying Fisik	5	27	68
3	Bullying Psikis	5	9	86
4	Pelaku Bullying (Bully, Asisten, Reinforcer, Victim, Defender, Outsider)Penyebab Bullying	5	13	82
5	Penyebab bullying	10	2	88
Penanganan bullying				
6	Menghindari menjadi korban Bullying	5	20	75
7	Menghindari ajakan (pelaku) bullying	5	15	80

Tabel 1 menunjukkan, masih banyak siswa yang tidak mengerti mengenai bullying, bahkan mereka banyak yang secara tidak sadar menjadi korban bully. Mulai dari verbal hingga psikis. Selain itu, siswa/i juga tidak mengetahui secara mendalam apa yang dimaksud bullying, macam-macamnya, serta pelaku bullying itu sendiri. Siswa hanya sadar ketika sudah dipukul, dikucilkan dan tidak mempunyai teman bermain.

Pada prinsipnya, siswa sering mengalami bullying, baik secara verbal, fisik, maupun psikis akan tetapi mereka tidak mengetahui kalau sebenarnya itu adalah bullying, mereka tau itu adalah cara untuk mendekati diri untuk lebih akrab, seperti memanggil nama dengan nama orang tua atau bahkan memanggil dengan nama lain, seperti “monyet” atau bahkan yang lainnya. Mereka menganggap itu adalah hal yang wajar. Sedangkan dari segi bullying fisik mereka lebih tau atau mengerti, akan tetapi mereka tidak sadar kalau itu adalah bullying, siswa memang tidak tau dan tidak paham kalau sedang menjadi victim (korban), karena pada prinsipnya mereka tidak setiap saat di bully hanya beberapa kali atau beberapa waktu. Pada jenis psikis, mereka tidak tahu, walaupun sebenarnya mereka juga sering mengalami, seperti di intimidasi, dikucilkan atau masih banyak contoh lainnya.

Secara garis besar, siswa/i sering mengalami atau menjadi korban bully, tetapi mereka tidak sadar dan menganggap sesuatu hal yang biasa, karena sebelumnya belum pernah ada sosialisasi di sekolah, dan bahkan dalam materi pembelajaran pun tidak pernah disinggung mengenai bullying. Dan mereka juga tidak mengetahui, bagaimana cara mengatasi bully, baik ajakan untuk menjadi bully atau asisten atau sebagai victim (korban). Ketidaktahuan ini menjadikan pengabdian berasumsi bahwa banyak siswa yang tidak melanjutkan sekolah (selain alasan ekonomi) untuk lebih tinggi lagi. Karena secara ekonomi orang tua siswa/i, mampu untuk mensekolahkan kejenjang yang lebih tinggi lagi. Akibat pelaku atau dampak bullying dalam mindset atau pemikiran mereka “saya dari kampung, saya orang kampung, saya hitam, saya malu, saya jelek, saya pendek, dan lain sebagainya” sehingga rasa percaya diri untuk lebih maju menjadi berkurang atau hilang.

Eskalasi bullying di sekolah yang terjadi saat ini, tidak hanya antar sesama siswa, namun juga antara guru dengan siswa (Latifah Nur Ahyani, Ridwan Budi Pramono, Dwi Astuti. 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Jevtic menunjukkan bahwa 35,7% siswa mengalami kekerasan dari guru atau karyawan, dan ada kecenderungan siswa yang lebih senior berbicara tentang kekerasan yang dilakukan orang dewasa terhadap siswayunior (Jevtic, Petrovic, & Stankovic, 2014). Terkadang bullying yang terjadi di sekolah disebabkan guru melakukan bullying terhadap siswa maupun mengabaikan perilaku bullying ketika mereka melihatnya. Penelitian etnografis dengan judul *Dude You're a Fag: Masculinity and Sexuality in High School* yang dilakukan oleh C.J. Pascoe menyebutkan bahwa banyak siswa yang menjadi korban bullying oleh guru, guru mengabaikan perilaku bullying dan siswa yang melaporkan perilaku bullying diabaikan oleh tenaga kependidikan (Lucas, 2012).

Setelah itu pengabdian beserta tim melakukan tindak lanjut dan juga pembekalan serta sosialisasi mengenai bullying, setelah itu siswa diajarkan untuk melakukan hal yang harus dilakukan jika menjadi korban bullying. Seperti penolakan membully dan melawan atau bahkan melaporkan kepada orang tua serta guru jika menjadi korban bully. Penyelesaian masalah yang kami berikan dengan melakukan pendekatan secara pribadi dan lebih melakukan pendekatan person by person, dan kami juga merahasiakan kasus yang pernah dialami oleh siswa tersebut. Setelah itu kami melakukan tes ulang untuk melihat pengetahuan siswa/i mengenai bullying, dan tentunya dengan pelaksanaan penanganan serta trik agar tidak menjadi korban bullying, hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 2. Hasil Penilaian Siswa Mengenai Bullying (Post Action)

No	Uraian	3	2	1
Pemahaman mengenai bullying				
1	Bullying Verbal	85	13	2
2	Bullying Fisik	80	19	1
3	Bullying Psikis	85	11	4
4	Pelaku Bullying (Bully, Asisten, Reinforcer, Victim, Defender, Outsider)Penyebab Bullying	85	12	3
5	Penyebab bullying	85	11	4
Penanganan bullying				
6	Menghindari menjadi korban Bullying	80	15	5
7	Menghindari ajakan (pelaku) bullying	80	15	5

Hasil dari pelaksanaan pengabdian ini, tim melakukan tes atau pengambilan data kedua (post) terkait dari pelaksanaan pengabdian. Hasilnya dapat dilihat diatas. Hasil ini menunjukkan peningkatan dan pemahaman siswa mengenai bullying, dari sebelumnya banyak siswa yang tidak mengetahui bahkan tidak disadari bahwa bullying berada di sekitar siswa, bahkan banyak diantara siswa/siswi yang menjadi korban bullying. Selain itu tidak ada materi atau bahkan tindakan pencegahan dari pihak sekolah membuat bullying masih ada di sekolah-sekolah. Dengan hasil di atas, setidaknya siswa/i paham dan mengerti bagaimana menghindari baik itu ajakan ataupun menjadi korban bullying. Saat ini yang masih terjadi, bullying di sekolah akan terlihat jika sudah adanya korban dan sudah membesar, artinya tidak ada tindakan pencegahan atau teguran atau bahkan sosialisasi tindakan bullying.

Sebenarnya guru dan tenaga kependidikan bertanggung jawab terhadap keamanan siswa di sekolah dan mereka wajib menjamin hal ini (Choi et al., 2016). Guru adalah pilihan yang pasti untuk melakukan intervensi di sekolah terhadap bullying (Howard, Horne, & Jolliff, 2001). Kasus bullying yang melibatkan guru, tentunya menjadi permasalahan krusial yang harus segera dipecahkan, hal ini disebabkan karena sekolah merupakan tempat kedua setelah rumah. Anak-anak menghabiskan sebagian waktunya di sekolah, maka sangat logis melihat sekolah sebagai bagian dari permasalahan bullying sekaligus solusi mengatasinya (Howard et al., 2001). Oleh karena itu guru memegang peran penting ketika ada tindakan bullying di

sekolah. Secara umum siswa/i setelah dilakukan sosialisasi dan pelatihan bullying lebih paham dan mengerti mengenai bullying verbal, fisik ataupun psikologi, para siswa/i juga tahu harus bagaimana jika ada oknum siswa/i yang mengajak gabung untuk membully dan juga mengetahui bagaimana cara mengatasi jika menjadi victim (korban). Selain itu siswa/i juga mengetahui bagaimana jika mereka melihat bullying di sekolah. Ke mana harus mengadu, atau kepada siapa mereka harus melapor, atau bahkan apa yang harus dilakukan.

KESIMPULAN

Secara umum, pelaksanaan pengabdian ini berjalan dengan lancar dan mendapatkan hasil yang memuaskan sesuai dengan keinginan dan harapan dari tim pengabdi. Akan tetapi yang masih menjadi tugas atau tanggung jawab tim pengabdi adalah melihat secara jauh atau dalam kurun waktu yang lama dan panjang apakah bullying masih terjadi dan dilakukan dalam sekolah. Oleh karena itu, masih ada kemungkinan atau bahkan pengabdian lanjutan kepada siswa/i SMK se Pesisir Selatan mengenai bullying, terlebih lagi dari segi dominasi siswa laki-laki lebih banyak dibandingkan dengan perempuan di SMK tersebut. Sehingga victim (korban) bullying lebih sering terjadi pada perempuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriansyah Adha Pratama, Diah Krisnatuti, Dwi Hastuti. 2014. Gaya Pengasuhan Otoriter Dan Perilaku *Bullying* Di Sekolah Menurunkan *Self-Esteem* Anak Usia Sekolah. Bogor: Institut Pertanian Bogor Jur. Ilm. Kel. & Kons., Mei 2014, p : 75-82 Vol. 7, No. 2 ISSN : 1907 – 6037
- Dake, J. A., Price, J. H., & Telljohann, S. K. (2003). The Nature and Extent of *Bullying* at school. *Journal of School Health*, 73, 173-180.
- Latifah Nur Ahyani, Ridwan Budi Pramono, Dwi Astuti. 2018. Empati Dan Efikasi Diri Guru Terkait Kegiatan Belajar Mengajar Bebas Bullying. Kudus: Universitas Muria Kudus JURNAL PSIKOLOGI ILMIAH <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/> INTUISITerindeks DOAJ: 2541-2965 p-ISSN 2086-0803 e-ISSN 2541-2965
- Tepetaş, G. Ş., Akgun, E., & Altun, S. A. (2010). Identifying preschool teachers' opinion about peer bullying. *Proceeding Social and Behavioral Sciences*, 2(2),561.1675 1679.<https://doi.org/10.1177/>
- Topcu, C., & Erdur-Baker.2012. Affective and cognitive empathy as mediators of gender differences in cyber and traditional bullying. *School Psychology International*, 33(5), 550-561 <https://doi.org/10.1177/0143034312446882>
- Swearer, S. M., Collins, A., & Berry, B. (2012). Encyclopedia of Human Behavior. Encyclopedia of Human Behavior. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-375000-6.00077-X>
- Lucas, A. M. (2012). Paying Attention to Ourselves: Modeling Anti-Bullying Behavior for Students. *English Journal*, 101(6), 13-15. Retrieved from <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=eric&AN=EJ1001151&lang=&site=e%5Cn> <http://www.ncte.org/journals/ej/issues/v101-6>
- Jevtic, B., Petrovic, Z. S., & Stankovic, A. Z. (2014). Victims or Bullies –Students or Teachers. *Procedia -Social and Behavioral Sciences*, 141, 587-596. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.05.103>
- Choi, L. J., Syawal, M., & Adzrieman, N. (2016). Teachers' self-efficacy in dealing with bullying among secondary schools students in Malaysia. *Journal of Education and Social Sciences*, 4, 48-56.

Howard, N. M., Horne, A. M., & Jolliff, D. (2001). Self-efficacy in a new training model for the prevention of bullying in schools. *Journal of Emotional Abuse*,2(2-3),181-191.
https://doi.org/10.1300/J135v02n02_11