



PROGRAM ANTI BULLYING UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN BERPRILAKU POSITIF REMAJA DESA LAMPANAIRI, KABUPATEN BUTON SELATAN

Edison^{*1}, Unhaluddin T.
Kurniawan²,
Samsaifil³, Rosmawati. T⁴, Wa
Ode Sherly Elisya A.S⁵.

^{1,2,3,4,5}Bimbingan dan Konseling,
Universitas Muhammadiyah Buton,
Indonesia

Article History

Received : 21 September 2022

Revised : 23 September 2022

Accepted : 26 Oktober 2022

Available Online : 30 November 2022

*Corresponding Author :

Nama : Edison

Email : edisonbuton0@gmail.com

Licensed Under a Creative
Commons Attribution 4.0
International License



Abstrak

Perilaku *bullying* sering kali terjadi apabila seseorang mempunyai kekurangan dalam dirinya, baik secara fisik maupun mental. Dampak *bullying* bagi remaja berupa kecemasan yang berlebihan, ketakutan, depresi, menurunnya nafsu makan, malu, dan merasa takut untuk bergaul di lingkungan sosial. Upaya peningkatan pemahaman para remaja Desa Lampanairi tentang dampak perilaku *bullying* serta bagaimana upaya meningkatkan keterampilan remaja berperilaku positif dalam menjalani aktifitas kesehariannya. Metode pelaksanaan kegiatan ini, yaitu melalui metode ceramah yang dirancang dalam bentuk pemaparan materi anti *bullying*, menonton video pendek tentang *bullying* serta diskusi dan tanya jawab. Dalam kegiatan ini pula diselingi dengan kegiatan permainan edukasi (bola berpengaruh) untuk membentuk jejaring sosial sebagai upaya mempengaruhi remaja lainnya untuk ikut berperilaku positif. Melalui kegiatan program anti *bullying* ini, remaja mendapatkan pengetahuan tentang pencegahan perilaku *bullying*, mengetahui bentuk dan faktor-faktor yang mempengaruhi *bullying*, jenis-jenis *bullying* serta cara melawan *bullying* agar tidak menimbulkan dampak buruk bagi kondisi psikis. Manfaat pelaksanaan kegiatan ini bagi remaja yaitu bagaimana remaja mampu meningkatkan kemampuan dalam berperilaku positif, sehingga remaja memiliki kepercayaan diri yang tinggi, memiliki perilaku asertif, memiliki perilaku empati, serta memiliki semangat yang tinggi dalam menjalani kehidupan social yang lebih baik.

Kata Kunci: *Bullying*; Remaja; Perilaku Positif.

Abstract

Bullying behavior often occurs when a person has deficiencies in himself, both physically and mentally. The impact of bullying on adolescents is in the form of excessive anxiety, fear, depression, decreased appetite, embarrassment, and feeling afraid to socialize. Efforts to increase the understanding of youth in Lampanairi Village about the impact of bullying behavior and how to improve youth skills in positive behavior in carrying out their daily activities. The method of carrying out this activity, namely through the lecture method which is designed in the form of exposure to anti-bullying material, watching short videos about bullying as well as discussions and questions and answers. This activity is also interspersed with educational game activities (influenced balls) to form social networks as an effort to influence other teenagers to participate in positive behavior. Through this anti-bullying program, youth gain knowledge about preventing bullying behavior, knowing the forms and factors that influence bullying, types of bullying and how to fight bullying so it doesn't have a negative impact on psychological conditions. The benefits of carrying out this activity for teenagers are how teenagers are able to improve their ability to behave positively, so that teenagers have high self-confidence, have assertive behavior, have empathetic behavior, and have high enthusiasm in living a better social life.

Keywords: *Bullying*; Teenager; Positive Behavior.

PENDAHULUAN

Kasus *bullying* menjadi perhatian penting bagi semua kalangan, tidak terkecuali bagi dunia pendidikan yang sering terjadi kasus perundungan baik secara fisik maupun psikis. Berdasarkan data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) pada tahun 2022 terdapat 226 kasus kekerasan fisik, psikis termasuk perundungan (kompas.com, 24 Juli 2022). Kondisi ini termasuk angka yang cukup besar dan perlu mendapatkan perhatian dari berbagai pihak yang terkait. Beberapa penelitian survei juga mendapatkan data tentang jumlah kejadian *bullying* yang terus meningkat. Hasil Praktek Kerja Profesi Psikologi yang dilakukan oleh Desvianti, (2015) pada siswa SMP Negeri di kota Yogyakarta, ditemukan hasil bahwa terdapat perilaku *bullying* di sekolah dimana tindakan *bullying* yang umum terjadi adalah ejekan, hinaan, dipermalukan di depan umum, menjadi bahan gurauan, dibentak, dijegal, diikat di kursi, dan mengambil barang milik teman.

Data lain yang ditunjukkan oleh Aryuni, (2017) melakukan survei kepada 739 siswa SMA di Yogyakarta. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 13,53% dari siswa tersebut melaporkan bahwa dirinya pernah mengalami perilaku *bullying*, dan 53,58% menyebutkan bahwa mereka pernah menyaksikan perilaku *bullying* di sekolah. Sementara itu Wahyuni, (2010) melalui hasil *preliminary* yang dilakukan peneliti pada tanggal 2-23 Februari 2016 kepada 198 siswa di dua SMP Negeri Yogyakarta yaitu terdapat beberapa peristiwa *bullying* yang terjadi di sekolah. 198 siswa SMP Negeri tersebut diberi skala Kecenderungan *Bullying* yang disusun berdasarkan teori ciri-ciri perilaku *bullying* dari Olweus, (1993). Hasil skala menunjukkan kecenderungan perilaku *bullying* yang banyak terjadi berdasarkan hasil *preliminary* antara lain menjadikan bahan tertawaan/ menyoraki (13,3%), menyebar kejelekan teman (9,7%), mengejek (8,75%), menyebar hal yang tidak benar tentang seseorang (8%), memukul (6,88%), dan melakukan ejekan, hinaan, atau ancaman pada media sosial (4,14%).

Maraknya kasus *bullying* yang terjadi di kalangan remaja ini menegaskan bahwa diperlukan upaya yang konsisten untuk mengatasi kasus tersebut, terlebih lagi *bullying* ini dapat memberikan dampak fisik maupun psikologis bagi remaja yang terlibat di dalamnya. Perilaku *bullying* di kalangan siswa telah lama menjadi faktor yang mengganggu dalam dunia pendidikan dan berlanjut pada tingkat yang beragam, yang mempengaruhi keselamatan emosional dan fisik siswa. Dampak psikologis yang diakibatkan dari perilaku *bullying* dapat berupa munculnya rasa cemas yang berlebihan, merasa ketakutan, depresi hingga memiliki keinginan bunuh diri serta munculnya gangguan stres pasca trauma. Akibat dari kondisi tersebut dapat menyebabkan anak menarik diri dari pergaulan, tidak mau pergi ke sekolah, atau menangis sepanjang hari (Tumon, 2014).

Dampak lain yang ditimbulkan dari dampak *bullying* bagi remaja yaitu *bullying* menimbulkan rasa tidak nyaman remaja untuk datang ke sekolah, hal ini disebabkan oleh kurangnya rasa empati pelaku *bullying*, tidak memahami apa yang dirasakan dan tidak peduli terhadap korban. Penelitian yang dilakukan oleh Yandri et al., (2013) menemukan bahwa munculnya pendapat di kalangan remaja

bahwa perilaku mengejek, menyebutkan nama dengan nama binatang adalah suatu hal biasa dan wajar, namun tidak memperhatikan dampak yang ditimbulkan dari konsep diri korban.

Tindakan *bullying* seringkali dikaitkan dengan kemarahan, agresi, kekerasan, hiperaktifitas dan masalah eksternal yang nantinya dapat mengarah pada kriminalitas dan memiliki efek negatif baik dalam jangka pendek ataupun jangka panjang. Dampak *bullying* bagi siswa yaitu meningkatkan level kecemasan siswa, hilangnya rasa percaya diri serta *self-esteem*, meningkatkan *symptoms* psikosomatik seperti sakit kepala, sakit perut, dan luka pada mulut/bibir, *self-farman* dan mempunyai pemikiran *suicidal*, merasa dikucilkan dari sekolah (Rigby, 2007).

Disamping ini berbagai macam kasus-kasus perundungan yang tidak dilaporkan ke pihak yang berwajib atau lembaga yang menaungi, oleh korban maupun dari keluarga korban itu sendiri karena banyak faktor yang mendasarinya diantaranya: merasa diabaikan, laporan mereka tidak direspon, korban yang melapor malah disalahkan, masalah yang terjadi dianggap wajar dan bukan apa-apa, serta sering dianggap gurauan dan tidak perlu ditanggapi. Sehingga tidak jarang korban *bullying* berakhir dengan depresi bahkan sampai pada tingkat bunuh diri.

Dengan begitu banyaknya dampak *bullying* yang terjadi di Indonesia, sehingga perlu adanya pencegahan dini terhadap tindakan perilaku *bullying* baik kepada anak-anak maupun remaja, karena tidak menutup kemungkinan tindakan tersebut akan terjadi pula pada remaja di Desa Lampanairi, Kabupaten Buton Selatan, dimana rata-rata usia remaja di desa tersebut pada usia 15-25 tahun yang mana usia tersebut rentang terjadinya tindakan kenakalan remaja, tidak terkecuali terjadinya tindakan *bullying*, baik *bullying* secara verbal, sosial, fisik, maupun melalui media sosial yang sudah mulai marak saat ini. Melalui kegiatan program anti *bullying* ini.

Remaja di Desa Lampanairi diberikan pelatihan program anti *bullying* untuk meningkatkan keterampilan berperilaku positif, sehingga dengan modal tersebut, remaja dapat memiliki kepercayaan diri, kemampuan asertif, perilaku empati, dan semangat yang tinggi dalam menjalani aktifitas kesehariannya. Dengan demikian remaja Desa Lampanairi diharapkan mampu meningkatkan keterampilan berpikir positif dalam menjalani kehidupan sosialnya serta menjadi agen perubahan bagi lingkungan di sekitarnya.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan program anti *bullying* dilaksanakan di Aula kantor Desa Lampanairi Kabupaten Buton Selatan, yang diikuti oleh kepala desa dan perangkat desa serta para remaja yang masih duduk di bangku SMP maupun SMA dan beberapa remaja dari kalangan mahasiswa. Jenis kegiatan program anti *bullying* menggunakan metode ceramah, diskusi dan tanya jawab. Kegiatan ini dibagi menjadi 3 sesi kegiatan yaitu:

1. Tahap persiapan

Tahap persiapan kegiatan pengabdian dimulai dari :

- a. Persiapan administrasi dan koordinasi dengan pemerintah desa Lampanairi.
- b. Persiapan alat dan bahan yang digunakan ditempat kegiatan
- c. Persiapan materi kegiatan
2. Tahap pelaksanaan kegiatan
Pada tahap pelaksanaan kegiatan yaitu:
 - a. Pemberian materi anti *bullying*
 - b. Menyaksikan video pendek tentang *bullying*
 - c. Permainan edukasi (bola berpegaruh)
3. Tahap evaluasi
Pada tahap evaluasi yaitu peserta diberikan penguatan dan komitmen agar senantiasa menjadi agen perubahan (*agent of change*) bagi remaja lainnya untuk bersama-sama mencegah terjadinya perilaku *bullying* dengan selalu meningkatkan perilaku positif dalam menjalani kehidupan sosialnya.

HASIL PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) yang dilaksanakan oleh Dosen Universitas Muhammadiyah Buton bekerja sama dengan pemerintah desa Lampanairi, Kabupaten Buton Selatan dengan mengangkat tema "Program Anti *Bullying* Untuk Meningkatkan Keterampilan Berprilaku Positif Bagi Remaja". Kegiatan ini dimulai dari persiapan, kegiatan inti yang dimulai dari pemberian materi terkait persoalan *bullying* (perundungan) yang menjadi permasalahan utama di negeri ini dalam dunia pendidikan.

1. Materi Program Anti *Bullying*
Adapun kegiatan program anti *bullying* ini berjalan dengan baik, kegiatan ini dimulai dengan memberikan materi kepada remaja tentang pemahaman anti *bullying* tentang :
 1. Apa itu kekerasan kepada anak ?
 2. Perundungan merupakan perilaku agresif yang dapat dibagi menjadi empat bentuk utama, meliputi :
 - a. Perundungan verbal yaitu mengatakan atau menuliskan sesuatu kepada korban yang sifatnya memalukan atau merendahkan.
 - b. Perundungan sosial atau relasional yaitu merusak reputasi atau hubungan seseorang di lingkungan tertentu.
 - c. Perundungan fisik yaitu tindakan yang dilakukan dengan menyakiti korban secara fisik.
 - d. Perundungan daring (*cyberbullying*) yaitu penggunaan media sosial, pesan singkat, email, atau media digital untuk merendahkan atau mengucilkan seseorang.
 3. Mengapa korban *bullying* tidak mau meminta pertolongan ?
2. Beberapa alasan mengapa sebagai orang tidak mau meminta pertolongan apabila menjadi korban *bullying*, diantaranya:
 - a. Merasa diabaikan
 - b. Laporan mereka tidak direspon
 - c. Korban yang melapor malah disalahkan

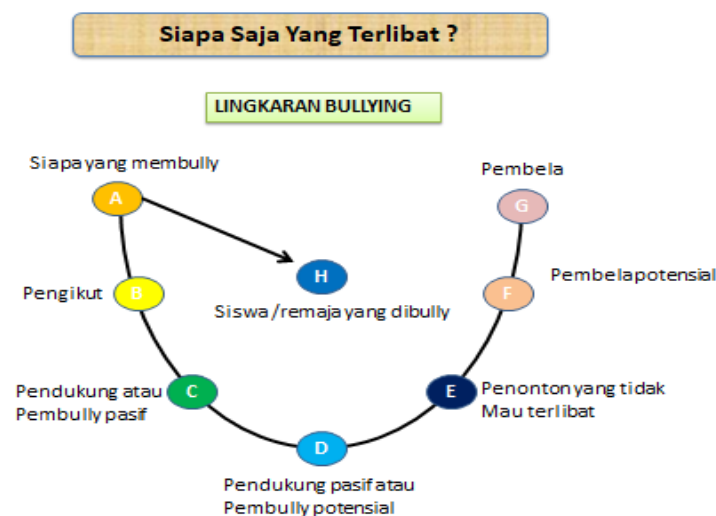
- d. Masalah yang terjadi dianggap wajar, bukan apa-apa
 - e. Dianggap gurauan yang tidak perlu ditanggapi serius
- Alasan inilah yang terkadang orang-orang disekitar cenderung menganggap masalah tersebut “tidak besar” atau “bukan apa-apa” sehingga korban memilih untuk menyimpannya sendiri.



Gambar 1 : Penjelasan Materi *Bullying*

- 4. Siapa saja yang terlibat (lingkaran *bullying*)
3. *Bullying* merupakan tindakan yang sangat merugikan bagi korban *bullying* maupun bagi pelaku itu sendiri. Tindakan *bullying* melibatkan beberapa orang atau yang disebut dengan lingkaran *bullying* yaitu:
- a. Siswa yang membully
 - b. Pengikut
 - c. Pendukung atau pembuly pasif
 - d. Pendukung pasif atau pembully potensial
 - e. Penontong yang tidak mau terlibat
 - f. Pembela potensial
 - g. Pembela
 - h. Siswa yang dibully (korban *bullying*)

Hal ini dapat dilihat pada gambar lingkaran *bullying* di bawah ini :



Gambar 2: lingkaran *bullying*

4. Menyaksikan video *bullying*
5. Pada kegiatan pengabdian kali ini juga para remaja desa Lampanairi diajak untuk menyaksikan cuplikan (video pendek) yang berdurasi 4.30 menit tentang konsep dasar *bullying* mulai dari : 1) apa itu *bullying* ?, 2) macam-macam *bullying*, 3) faktor penyebab *bullying*, 4) data jumlah kasus *bullying* yang terjadi di Indonesia, 5) dampak *bullying* dan, 6) cara mencegah *bullying*.
6. Dalam video pendek ini pula diperlihatkan cuplikan tindakan perilaku *bullying* remaja dan akibat dari tindakan *bullying* itu sendiri, baik bagi korban *bullying* maupun bagi pelaku *bullying* itu sendiri.

Tujuan dari video tersebut untuk mempertegas kembali bagi remaja khususnya remaja desa Lamapanairi tentang pemahaman dan tanggungjawab kita bersama dalam mencegah tindakan-tindakan perilaku *bullying* di lingkungan sekitar kita, serta bagaimana cara kita bersikap ketika melihat tindakan *bullying* terjadi di lingkungan sekitar kita.

7. Permainan Edukasi

Permainan edukasi (bola berpengaruh) ini bertujuan untuk membentuk jejaring sosial melalui permainan dengan menggunakan benang woll, dengan tujuan untuk mempengaruhi remaja lainnya untuk ikut berperilaku positif.

Aturan main:

Sebutkan nama dan salah satu perilaku positif yang akan dilakukan.

Misalnya:

Nama saya Rahmad, saya akan senyum ketika bertemu dengan teman-teman saya.

Setelah itu lemparkan bola wollnya kesiswa lain dengan tetap memegang benangnya yang terurai. Siswa lain tersebut kembali memperkenalkan namanya, dan melemparkan lagi bola wollnya kesiswa lainnya.

Permainan bola berpengaruh menggunakan bola woll dapat dilihat pada gambar dibawah ini:



Gambar 3: Permainan Bola Berpengaruh

KESIMPULAN

Melalui kegiatan program anti *bullying* yang dilaksanakan di Desa Lampanairi sebagai bentuk pencegahan terjadinya perilaku *bullying* dikalangan remaja, baik *bullying* fisik, sosial, cyber *bullying* dll, semua itu bisa dikendalikan dengan meningkatkan perilaku positif dalam setiap aktifitas yang dijalankan, serta berupaya untuk saling mengingatkan satu sama lain dalam melaksanakan kegiatan-kegiatan yang positif yang bermanfaat bagi diri dan orang lain dimanapun berada, baik dilingkungan keluarga, masyarakat, maupun dilingkungan sekolah. Antusias remaja Desa Lampanairi dalam mengikuti kegiatan program anti *bullying* ini sangat tinggi, dimana para remaja begitu fokus dalam memperhatikan serta ikut terlibat dalam setiap sesi kegiatan yang dilaksanakan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan PKM ini berjalan dengan baik, hampir semua peserta kegiatan sangat antusias menyimak materi yang disampaikan. Kegiatan program anti *bullying* ini berjalan atas kerja sama antara Pemerintah Desa Lampanairi dan Kampus Universitas Muhammadiyah Buton dalam hal ini diwakili oleh dosen dan mahasiswa. Ucapan terimakasih kepada Kepala Desa Lampanairi dan seluruh perangkatnya yang sudah memfasilitasi kegiatan PKM ini serta seluruh remaja Desa Lampanairi sebagai peserta kegiatan program anti *bullying* untuk meningkatkan keterampilan berprilaku positif remaja.

PUSTAKA

- Aryuni, M. (2017). STRATEGI PENCEGAHAN BULLYING MELALUI PROGRAM SEKOLAH CARE BAGI FASILITATOR SEBAYA (BULLYING PREVENTION STRATEGIES THROUGH THE CARE SCHOOL PROGRAM FOR PEER FACILITATOR). Asian Journal of Environment, History and Heritage, 1(1).
- Desvianti, E. (2015). BERMAIN PERAN PROSOSIAL UNTUK MENURUNKAN PERILAKU AGRESIF Siswa Taman Kanak-kanak.
- Olweus, D. (1993). ACOSO ESCOLAR, "BULLYING", EN LAS ESCUELAS: HECHOS E INTERVENCIONES. Centro de Investigación Para La Promoción de La Salud, Universidad de Bergen, Noruega, 2, 1–23.
- Rigby, K. (2007). BULLYING IN SCHOOLS: AND WHAT TO DO ABOUT IT. Aust Council for Ed Research.
- Tumon, M. B. A. (2014). STUDI DESKRIPTIF PERILAKU BULLYING PADA REMAJA. CALYPTRA, 3(1), 1–17.
- Wahyuni, S. (2010). HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERHADAP POLA ASUH OTORITER ORANGTUA DAN KEMAMPUAN BEREMPATI DENGAN KECENDERUNGAN BERPERILAKU BULLYING PADA REMAJA.
- Yandri, H., Daharnis, D., & Nirwana, H. (2013). PENGEMBANGAN MODUL BIMBINGAN DAN KONSELING UNTUK PENCEGAHAN BULLYING DI SEKOLAH. Konselor, 2(1).