

Public Sharing on Prevention and Impact of Bullying in Adolescents

I Wahyu Sulistya Affarah*, Emmy Amalia, Lina Nurbaiti,
Hamsu Kadriyan, Pujiarohman

Faculty of Medicine, University of Mataram, Mataram, Indonesia

Kata Kunci:
*bullying, remaja,
pelajar*

Abstrak: Latar Belakang. *Bullying* telah dikenal sebagai masalah sosial yang terutama ditemukan di kalangan pelajar. *Bullying* dapat membawa dampak buruk yang berat pada korban termasuk gangguan belajar, gangguan mental, gangguan fisik, dan masalah kesehatan lain. Kebanyakan perilaku *bullying* terjadi secara tersembunyi (*covert*) dan sering tidak dilaporkan, sehingga kurang disadari oleh kebanyakan orang.

Tujuan. Untuk memberikan gambaran dan meningkatkan pengetahuan masyarakat umumnya dan pelajar SMA khususnya tentang *bullying*

Metode. Terdapat dua metode yang digunakan yakni diskusi partisipatif untuk menjangkau target sasaran masyarakat awam dan penyuluhan untuk target sasaran pelajar.

Hasil: Kegiatan *public sharing* dilakukan pada bulan September 2018 di salah satu kafe di Mataram. Kegiatan ini diikuti oleh 20 orang peserta dengan latar belakang pendidikan, usia, dan profesi yang berbeda. Dari 20 orang peserta, sebagian besar berprofesi sebagai guru dan yang lain adalah dokter umum, mahasiswa, pelajar, dan ibu rumah tangga. Rentang usia peserta adalah 11-45 tahun. Sedangkan untuk penyuluhan diikuti oleh 40 orang siswa kelas XI dan XII SMAN 3 Mataram. Narasumber berjumlah empat orang yang mana salah satunya adalah mahasiswa asal Jepang yang sedang menyelesaikan tesisnya di kota Mataram. Terdapat empat materi dari narasumber yang meliputi topik tentang: *Bullying* ditinjau dari sudut pandang psikiatri; Dampak *bullying* pada kesehatan masyarakat; Mencegah perilaku *bullying* dari rumah, serta perilaku *bullying* di sekolah-sekolah di Jepang sekaligus diseminasi hasil penelitian tentang *bullying* di sekolah menengah atas di Kota Mataram.

Kesimpulan: Kegiatan pengabdian ini merupakan upaya untuk mendiseminasikan informasi terkait *bullying* pada remaja serta pencegahannya. Didapatkan beberapa kasus *bullying* kategori ringan berdasar pengalaman peserta. Secara umum, pengetahuan mengenai *bullying*, dampak maupun pencegahannya masih kurang, sehingga tidak dilaporkan.

Korespondensi: ws_affarah@yahoo.com

PENDAHULUAN

Bullying telah dikenal sebagai masalah sosial yang terutama ditemukan di kalangan pelajar. Dalam beberapa tahun terakhir, fenomena *bullying* semakin mendapat perhatian banyak pihak, baik peneliti, pendidik, organisasi perlindungan, dan tokoh masyarakat (Rudi, 2010). Kebanyakan perilaku *bullying* terjadi secara tersembunyi (*covert*) dan sering tidak

dilaporkan, sehingga kurang disadari oleh kebanyakan orang (Glew, Rivara, & Feudtner, 2000).

Beberapa penelitian mengenai *bullying* yang dilakukan pada anak-anak usia sekolah menengah di beberapa negara dengan pendapatan yang tinggi menunjukkan prevalensi *bullying* yang cukup tinggi, yaitu antara 5-57%, sedangkan pada negara-negara dengan pendapatan menengah atau rendah prevalensi *bullying* didapatkan lebih tinggi lagi, yaitu sekitar 12-100% (Fleming, 2009). Nansel dan kawan-kawan di tahun 2001 melakukan penelitian terhadap 15.600 siswa kelas 6 sampai kelas 10 di Amerika, dan hasilnya menunjukkan sekitar 10,6% dari mereka melaporkan menjadi korban *bullying* dengan frekuensi kadang-kadang dan sering selama masa sekolah, 13% mengaku melakukan *bullying* pada orang lain dengan frekuensi kadang-kadang dan sering, dan 6,3% dari seluruh sampel menjadi pelaku dan korban *bullying* (Khairiyah, 2015).

Berdasarkan studi Ndeti dan kawan-kawan pada tahun 2007, perilaku *bullying* juga terjadi di sekolah menengah. Bentuk *bullying* yang banyak terjadi adalah dengan memukul, mengejek, memanggil nama panggilan, mengancam, dan mengambil barang milik korban. Perilaku tersebut dilakukan secara berulang-ulang dan berkelanjutan. Keadaan ini akan terus berlangsung karena korban tidak berani untuk melawan. Dampak dari perilaku *bullying* dapat menyebabkan korban merasa malu, tertekan, perasaan takut, sedih dan cemas. Jika kondisi ini berkepanjangan bisa mengarah ke depresi (Okoth, 2014). Selain dampak dari masalah psikologis juga dapat berpengaruh terhadap masalah kesehatan fisik seperti memar pada daerah yang dipukul, lecet, bengkak, sulit tidur, nafsu makan menurun. Gejala lain yang dimunculkan diantaranya merasa terancam, sulit berkonsentrasi, penurunan prestasi akademik dan merasa sendiri (Laeheem, 2013). *Bullying* juga dihubungkan dengan angka bunuh diri yang tinggi di kalangan remaja (*Center for Disease Control and Prevention*, 2016).

Beberapa penelitian mengenai *bullying* melaporkan berbagai dampak negatif yang ditimbulkannya dengan tingkat keparahan yang bervariasi. Ketika terjadi peristiwa *bullying*, pelaku dan korban sama-sama merupakan elemen kunci yang perlu mendapatkan perhatian khusus. Pelaku *bullying* pada umumnya memiliki ciri khas, yaitu agresivitas yang tinggi dan kurang memiliki empati. Mereka cenderung menampilkan perilaku negatif dan antisosial (misalnya, membolos, nakal, penyalahgunaan zat) selama masa remaja dan berisiko untuk mengalami gangguan kejiwaan (Gini, 2008).

Bagi korban *bullying*, sekolah dapat menjadi tempat yang tidak menyenangkan dan berbahaya. Ketakutan yang mereka alami dapat menimbulkan depresi, *low self esteem* (LSE), dan sering absen. Biasanya korban *bullying* akan mengalami perubahan perilaku, seperti: sering menyendiri, menarik diri dari pergaulan dengan teman sebayanya (*peer group*), dihantui perasaan takut jika berhadapan dengan guru, semangat dan motivasi belajar menurun, serta penurunan daya kreativitas. Semua ini tentu saja akan berpengaruh pada menurunnya prestasi belajar siswa. Korban *bullying* merasakan berbagai emosi negatif (marah, dendam, kesal, tertekan, takut, malu, sedih, tidak nyaman, terancam), namun mereka tidak berdaya menghadapinya. Dalam jangka panjang emosi-emosi ini dapat berujung pada munculnya

perasaan bahwa dirinya tidak berharga. Oleh karena itu, di sebagian besar negara barat, *bullying* dianggap sebagai hal yang serius karena cukup banyak penelitian yang menunjukkan bahwa dampak dari perilaku ini sangat negatif (Kyriakides, 2006; Huraerah, 2007).

Bullying merupakan tindakan kekerasan yang dilakukan secara berulang dan melibatkan adanya kekuatan fisik antara korban dan pelaku. Di Indonesia, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) merilis data bahwa kasus *bullying* pernah dialami sekitar 87,6 % anak usia 12 tahun hingga 17 tahun dimana korban laki-laki lebih banyak dari perempuan dan perilaku *bullying* lebih rentan terjadi pada usia remaja awal (Desiree, 2013; Aisiyai, 2015; Yani *et al*, 2016). *Bullying* yang terjadi di Indonesia banyak ditemukan di lingkungan sekolah baik formal maupun non formal. Menurut penelitian terdahulu kasus *bullying* yang sering terjadi sekitar 61 – 73 % dalam bentuk kekerasan, pemerasan, mengancam dan mengambil barang-barang, selebihnya merupakan kasus *bullying* dalam bentuk yang lain seperti *cyber bullying*.

Namun demikian, dari hasil penelitian dari beberapa negara, angka kejadian *bullying* di Indonesia termasuk rendah jika dibandingkan negara-negara lain. Persentase siswa sekolah berusia 13-17 tahun yang mendapatkan *bullying* hanya sebesar 20,6%, sementara persentase di negara-negara Asia Tenggara lain berkisar 36,2% (*Center for Disease Control and Prevention*, 2015). Namun demikian masih sedikit informasi yang dapat digali terkait *bullying* di Indonesia sehingga perlu dilakukan public sharing pencegahan dan dampak perilaku *bullying* pada remaja di Kota Mataram, NTB.

METODE KEGIATAN

Pada tahap persiapan, tim pengabdian melakukan telusur pustaka tentang kondisi *bullying* di Indonesia pada umumnya dan di Mataram pada khususnya. Kemudian tim pengabdian memilih 5 (lima) SMA Negeri di Kota Mataram dengan karakteristik yang serupa yakni prestasi akademik, latar belakang tingkat ekonomi, dan latar belakang sosial budaya yang heterogen. Kelima SMA Negeri ini mendapat undangan khusus untuk menghadiri *public sharing*. Sedangkan untuk kegiatan edukasi, dipilih salah satu sekolah yakni SMA Negeri 3 Mataram. Selanjutnya tim menyiapkan materi, alat-alat dan bahan yang diperlukan untuk skrining *bullying*. Materi yang disiapkan meliputi:

- a. Mengenal A sampai Z *bullying*
- b. Tanda dan gejala perilaku *bullying*
- c. Pelaku, korban, dan pelaku-korban
- d. Pencegahan *bullying* dan apa yang bisa kita lakukan
- e. Penanganan *bullying*.

Pada tahap intervensi, tim turun ke lapangan bersama-sama dan melakukan pemaparan materi yang telah disiapkan secara bersama-sama sebagai satu kesatuan, tidak membagi diri. Terdapat tiga orang mahasiswa yang akan terlibat dalam pelaksanaan kegiatan ini, yakni:

Pada kegiatan *public sharing* anggota tim ada yang bertugas sebagai pemberi materi, moderator, notulen, dan observer. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan diskusi interaktif dengan peserta.

Pada hari berikutnya yang telah ditetapkan, dilakukan edukasi kepada siswa pada khususnya, dan civitas akademik SMA pada umumnya mengenai *bullying* dalam bentuk penyuluhan dan diskusi aktif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan *public sharing* dilaksanakan pada hari Minggu, 1 September 2019 pukul 09-00 sampai selesai. Sedangkan kegiatan edukasi di SMAN 3 Mataram dilaksanakan pada hari Senin, tanggal 2 September 2019.

Hasil Kegiatan

1. *Public Sharing*

Total sebanyak 20 orang (14 perempuan) mengikuti kegiatan *public sharing* ini. Rentang usia bervariasi dari usia 9-40 tahun. Profesi peserta sangat bervariasi, sebagian besar berprofesi sebagai guru, baik guru SD, SMP maupun SMA, sisanya adalah mahasiswa, pelajar, Ibu rumah tangga, dokter umum, dan pegawai swasta.

Terdapat 4 sesi yang berisi 4 materi, diikuti diskusi pada tiap akhir sesi. Anggota tim memiliki tugas sebagai berikut:

- | | |
|---|-----------------------------------|
| 1. dr. Wahyu Sulistya Affarah, MPH | pembawa acara sekaligus moderator |
| 2. dr. Emmy Amalia, Sp. KJ | pemateri & notulen |
| 3. dr. Lina Nurbaiti, M. Kes | pemateri & notulen |
| 4. Pujiarohman, M. Psi | pemateri & publikasi |
| 5. Dr. Hamsu Kadriyan, Sp. THT-KL, M. Kes | publikasi & dokumentasi |



Gambar 1. Penyampaian empat materi oleh narasumber



Gambar 2. Suasana interaktif dalam *public sharing* serta pembagian hadiah bagi peserta yang aktif

Edukasi di SMAN 3 Mataram

Kegiatan edukasi tentang *bullying* ini diikuti oleh perwakilan siswa kelas 11 dan 12 SMAN 3 Mataram sebanyak 40 siswa. Diskusi berlangsung dinamis. Beberapa pertanyaan terkait batasan *bullying*, dampak, dan cara mengatasi muncul selama diskusi. Beberapa pengalaman yang pernah dialami dan termasuk dalam kategori *bullying* dipaparkan oleh beberapa siswa. Namun, tidak terdapat pengalaman kasus *bullying* dengan kategori berat.

Kegiatan penyuluhan diawali dengan pemberian pretes dan diakhiri dengan pemberian postes kepada peserta setelah penyuluhan berakhir. Didapatkan perbaikan nilai pada postes dibandingkan dengan nilai pretes dimana nilai rata-rata pretes 5,92 dan nilai rata-rata postes 8,13.

Materi penyuluhan meliputi definisi *bullying*, faktor-faktor risiko yang membuat seseorang rentan mengalami *bullying*, individu yang terlibat (pelaku dan korban), patofisiologi terjadinya *bullying*, dampak *bullying*, bagaimana tata laksanaanya dan bagaimana strategi mencegah *bullying*. Penyuluhan dilakukan secara interaktif antara pemberi materi dengan peserta dengan media presentasi *power point* dan bersifat pemaparan materi yang diikuti dengan diskusi interaktif. Proses penyuluhan dimulai dari jam 08.00 WITA ditandai dengan dimulainya pretes dan diakhiri pada jam 13.00 WITA ditandai dengan selesai dilakukannya postes kepada peserta.

Sebagian siswa menganggap terdapat faktor protektif di sekolah-sekolah di SMU Negeri di Kota Mataram yang dapat menghambat terjadinya *bullying*. Faktor-faktor tersebut meliputi adanya mata pelajaran PPKN dan pendidikan agama, dimana siswa diajarkan tentang bertoleransi terhadap perbedaan, berbuat baik dan tidak menyakiti terhadap sesama sebagai bagian ketakwaan terhadap Tuhan. Selain itu terdapat peran wali kelas yang diharapkan dapat mendeteksi sejak dini jika terdapat kasus *bullying* di kelas. Adanya UKS dan guru bimbingan dan konseling juga diharapkan menjadi pintu skrining untuk mendeteksi adanya kasus-kasus *bullying* dan dapat menyelesaikan kasus *bullying* yang terjadi sehingga tidak terjadi dampak jangka panjang.



Gambar 4. Suasana Edukasi tentang *bullying* SMUN 3 Mataram

Evaluasi kegiatan

1. **Kegiatan *public sharing*** ini berjalan lancar dan mendapatkan sambutan yang baik, meski perwakilan dari Sekolah Menengah Atas yang diundang tidak dapat hadir. Seluruh peserta mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir acara. Sesi diskusi berlangsung dinamis di tiap akhir sesi. Partisipan yang cukup aktif terutama adalah yang berprofesi sebagai guru karena selama ini merasa kurang memiliki informasi mengenai *bullying*, baik dalam hal pengertian, dampak, maupun pencegahan serta cara penanganannya. Padahal, kasus *bullying* ini kerap ditemui diantara siswa, terutama yang termasuk dalam kasus ringan.
2. **Kegiatan Edukasi di SMAN 3 Mataram**

Selain diskusi berlangsung dinamis, kegiatan ini diikuti oleh para siswa secara aktif dari awal hingga akhir acara. Didapatkan ketidaktahuan tentang perilaku *bullying* pada sebagian besar siswa yang hadir. Banyak dipaparkan pengalaman tentang perilaku *bullying* yang termasuk dalam kategori ringan, namun para siswa tidak menyadarinya. Oleh karenanya, dipandang perlu untuk dilakukan edukasi serupa ke depan dengan cakupan sasaran yang lebih luas.

KESIMPULAN DAN SARAN

Bullying merupakan masalah sosial yang sering ditemukan, terutama di kalangan pelajar. *Bullying* dapat memberikan dampak buruk yang berat pada korban berupa gangguan belajar, gangguan mental, gangguan fisik, dan masalah kesehatan serta psikososial lain. Di beberapa negara, *bullying* berkontribusi besar terhadap angka kejadian bunuh diri pada remaja. Dari kegiatan pengabdian masyarakat *public sharing* dan edukasi di SMUN 3 Mataram ini, didapatkan data bahwa sebagian besar masyarakat umum maupun siswa SMUN 3 Kota Mataram belum cukup mengenal *bullying*, mengetahui faktor-faktor risiko yang mungkin membuat siswa rentan mengalaminya, dapat mengenal tanda dan gejala korban *bullying*, dan sampai saat ini dapat mengatasi kasus-kasus *bullying* yang terjadi di sekolah. Sehingga, kewaspadaan dan deteksi dini terhadap kejadian *bullying* perlu ditingkatkan.

Terdapat beberapa faktor protektif yang dapat mencegah terjadinya *bullying* di lingkungan sekolah di Indonesia. Faktor-faktor tersebut meliputi adanya mata pelajaran PPKN,

Pendidikan Agama, tersedianya layanan bimbingan dan konseling, serta layanan UKS yang dapat mendeteksi tanda dan gejala *bullying* pada siswa. Faktor-faktor ini perlu dipertahankan dan juga digunakan sebagai media untuk pencegahan dan penyelesaian kasus *bullying* yang sudah terlanjur terjadi.

Dari hasil edukasi kepada siswa melalui penyuluhan, didapatkan nilai rata-rata pretes 5,92 dan nilai rata-rata postes 8,13 yang berarti terdapat peningkatan pengetahuan dasar siswa terhadap *bullying*. Berdasarkan hasil kegiatan ini, direkomendasikan kepada pihak sekolah dan Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi NTB untuk menambah informasi dan pengetahuan terkait *bullying* kepada tenaga pendidik maupun siswa sejak awal masa sekolah. Informasi dan pengetahuan yang cukup tentang *bullying* akan mengurangi risiko gangguan fisik maupun mental sebagai dampak jangka panjang dari *bullying*.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Mataram yang telah memberi dukungan financial terhadap pengabdian ini melalui jalur PNBPN.

DAFTAR PUSTAKA

- Gini G, Pozzoli T, 2009. Association Between Bullying and Psychosomatic Problems: A Meta-analysis. *Pediatrics* ; 123: p.1059-1065 www.pediatrics.org
- Rudi T, 2010. Informasi Perihal Bullying. Indonesian Anti Bullying
- Glew G, Rivara F, & Feudtner C, 2000. Bullying: Children Hurting Children. *Pediatrics in Review*; 21; 183 : p.1-10.
- Huraerah A, 2007. *Child Abuse (kekerasan terhadap anak)*, Bandung: Nuansa.
- Kyriakides L, Kaloyirou C, Lindsay G, 2006. An analysis of the Revised Olweus Bully/Victim Questionnaire Using the Rasch Measurement Model. *British Journal of Educational Psychology*. 76, p.781-801 www.bpsjournals.co.uk
- Sejiwa Foundation, 2010. Penelitian mengenai kekerasan di sekolah, April 2008.
- Khairiyah S. 2015. Korelasi antara Perilaku *Bullying* dan Tingkat *Self-Esteem* pada Pelajar SMPN di Surabaya.
- Centers for Disease Control and Prevention. 2016. Understanding Bullying Factsheet 2016. Available from: https://www.cdc.gov/violenceprevention/pdf/bullying_factsheet.pdf