

Dikirim : 8 Desember 2022
Direvisi : 28 Desember 2022
Disetujui : 02 Januari 2023

ICJ
(Initium Community Journal)
Online ISSN : 2798-9143
Jurnal homepage: <https://journal.medinerz.org>

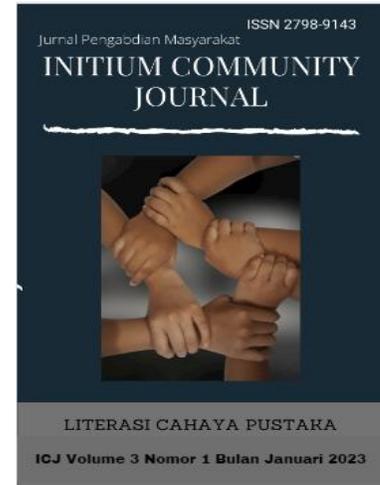
INITIUM COMMUNITY JOURNAL

<https://journal.medinerz.org/index.php/ICJ>

e-ISSN : 2798-9143

Kata kunci : Bullying, Remaja, Konselor
Keywords : *Bullying, Teenager, Conselor*

Korespondensi Penulis:
Rachmawaty M. Noer
rachmawatymnoer1977@gmail.com



BAHAYA BULLYING BAGI KESEHATAN MENTAL ANAK

Rachmawaty M. Noer¹⁾, Rosmiati²⁾, Kiki Rizki Dasaryandi³⁾, Andryanti Rudmana⁴⁾, Christy Heny Tripena⁵⁾

^{1,4,5)} Prodi Profesi Ners, Universitas Awal Bros

²⁾ Program Studi Kebidanan, Fakultas Keperawatan Dan Kebidanan
Universitas Puangrimaggalatung

³⁾ Prodi Profesi Ners, Universitas Batam

email : rachmawatymnoer1977@gmail.com, kikirizki1991@gmail.com, rosmiatihsan@gmail.com

ABSTRACT

Bullying is an act of using power to bring any harm into a person or some people who is either verbally, physically, and psychologically victimized, traumatized, and helpless (Sejiwa, 2008). Teens who are intended to be the victims of bullying are at greater risk of health problems, both physically and mentally. As for problems more likely to be suffered by the victims of intimidation, include various mental problems such as depression, anxiety and sleep problems that may be carried into adulthood, physical health pathologies, such as headaches, abdominal pain and muscle load, and decreasing spirit of learning and academic achievement. In certain cases, victims of bullying may show violent characteristics.

This article is intended to find out the causes of bullying by teenagers, roles in bullying, and types of bullying. The data source of this paper is done by documentation study method. In this article the results of factors that affect the occurrence of bullying come from individuals, families, play groups, to the community of perpetrators. This action is closely related to the world of social work, which they should be activate their role as a conselor for cutting the bully behavior off.

Keywords: Bullying, Teenager, Conselor

ABSTRAK

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.

Artikel ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor penyebab terjadinya bullying oleh remaja, peran-peran dalam tindakan bullying, dan jenis-jenis bullying. Sumber data tulisan ini dilakukan dengan metode studi dokumentasi. Dalam artikel ini didapatkan hasil bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya bullying bisa datang dari individu, keluarga, kelompok bermain, hingga lingkungan komunitas pelaku. Tindakan ini sangat berhubungan dengan dunia pekerjaan sosial, yang dalam kasus ini dituntut untuk menjadi konselor bagi pelaku bullying.

Kata Kunci : Bullying, Remaja, Konselor

A. Pendahuluan

Penindasan, perundungan, perisakan, atau pengintimidasian (bahasa Inggris: *bullying*) adalah penggunaan kekerasan, ancaman, atau paksaan untuk menyalahgunakan atau mengintimidasi orang lain. Perilaku ini dapat menjadi suatu kebiasaan dan melibatkan ketidakseimbangan kekuasaan sosial atau fisik. Hal ini dapat mencakup pelecehan secara lisan atau ancaman, kekerasan fisik atau paksaan dan dapat diarahkan berulang kali terhadap korban tertentu; mungkin atas dasar ras, agama, gender, seksualitas, atau kemampuan. Tindakan penindasan terdiri atas empat jenis, yaitu secara emosional, fisik, verbal, dan siber. Budaya penindasan dapat berkembang di mana saja selagi terjadi interaksi antar manusia, dari mulai di sekolah, tempat kerja, rumah tangga, dan lingkungan. Peran dalam Bullying Adapun pihak-pihak yang terlibat dalam perilaku bullying dapat dibagi menjadi 4 (empat) (dalam <http://repository.usu.ac.id>) yaitu:

a. Bullies (pelaku bullying) yaitu murid yang secara fisik dan/atau emosional melukai murid lain secara berulang-ulang (Olweus, dalam Moutappa dkk, 2004). Remaja yang diidentifikasi sebagai pelaku bullying sering memperlihatkan fungsi psikososial yang lebih buruk daripada korban bullying dan murid yang tidak terlibat dalam perilaku bullying (Haynie, dkk., dalam Totura, 2003). Pelaku bullying juga cenderung memperlihatkan (1) tipe percaya diri, secara fisik kuat, menikmati agresifitas, merasa aman dan biasanya populer, (2) tipe pencemas, secara akademik lemah, lemah dalam berkonsentrasi, kurang populer dan kurang merasa aman, dan (3) pada situasi tertentu pelaku bullying bisa menjadi korban bullying.

Selain itu, para pakar banyak menarik kesimpulan bahwa karakteristik pelaku bullying biasanya adalah agresif, memiliki konsep positif tentang kekerasan, impulsif, dan memiliki kesulitan dalam berempati (Fonzi & Olweus dalam Sullivan, 2000). Menurut Astuti (2008) pelaku bullying biasanya agresif baik secara verbal maupun fisik, ingin populer, sering membuat onar, mencari-cari kesalahan orang lain, pendendam, iri hati, hidup berkelompok dan menguasai kehidupan sosial di sekolahnya. Selain itu pelaku bullying juga menempatkan diri di tempat tertentu di sekolah atau di sekitarnya, merupakan tokoh populer di sekolahnya, gerak geriknya sering kali dapat ditandai dengan sering berjalan di depan, sengaja menabrak, berkata kasar, dan menyepelekan/ melecehkan.

b. Victim (korban bullying) yaitu murid yang sering menjadi target dari perilaku agresif, tindakan yang menyakitkan dan hanya memperlihatkan sedikit pertahanan melawan penyerangnya (Olweus, dalam Moutappa dkk, 2004). Menurut Byrne dibandingkan dengan teman sebayanya yang tidak menjadi korban, korban bullying cenderung menarik diri, depresi, cemas dan takut akan situasi baru (dalam Haynie dkk, 2001). Murid yang menjadi korban bullying dilaporkan lebih menyendiri dan kurang bahagia di sekolah serta memiliki teman dekat yang lebih sedikit daripada murid lain (Boulton & Underwood dkk, dalam Haynie dkk, 2001). Korban bullying juga dikarakteristikan dengan perilaku hati-hati, sensitif, dan pendiam (Olweus, dalam Moutappa, 2004). Coloroso (2007) menyatakan korban bullying biasanya merupakan anakbaru di suatu lingkungan, anak termuda di sekolah, biasanya yang lebih kecil, terkadang ketakutan, mungkin tidak terlindung, anak yang pernah mengalami trauma atau pernah disakiti sebelumnya dan biasanya sangat peka, menghindari teman sebaya untuk menghindari kesakitan yang lebih parah, dan merasa sulit untuk meminta pertolongan. Selain itu juga anak penurut, anak yang merasa cemas, kurang percaya diri, mudah dipimpin dan anak yang melakukan hal-hal untuk menyenangkan atau meredakan kemarahan orang lain, anak yang perilakunya dianggap mengganggu orang lain, anak yang tidak mau berkelahi, lebih suka menyelesaikan konflik tanpa kekerasan, anak yang pemalu, menyembunyikan perasaannya, pendiam atau tidak mau menarik perhatian orang lain, pengugup, dan peka. Disamping itu juga merupakan anak yang miskin atau kaya, anak yang ras atau etnisnya dipandang inferior sehingga layak dihina, anak yang orientasinya gender atau seksualnya dipandang inferior, anak yang agamanya dipandang inferior, anak yang cerdas, berbakat, atau memiliki kelebihan. ia dijadikan sasaran karena ia unggul, anak yang merdeka, tidak mepedulikan status sosial, serta tidak berkompromi dengan norma-norma, anak yang siap mengekspresikan emosinya setiap waktu, anak yang gemuk atau kurus, pendek atau jangkung, anak yang memakai kawat gigi atau kacamata, anak yang berjerawat atau memiliki masalah kondisi kulit lainnya. Selanjutnya korbannya merupakan anak yang memiliki ciri fisik yang berbeda dengan mayoritas anak lainnya, dan anak dengan ketidakcakapan mental dan/atau fisik, anak yang memiliki ADHD (attention deficit hyperactive disorder) mungkin bertindak sebelum berpikir, tidak mempertimbangkan konsekuensi atas perilakunya sehingga disengaja atau tidak mengganggu bully, anak yang berada di tempat yang keliru pada saat yang salah. ia diserang karena bully sedang ingin menyerang seseorang di tempat itu pada saat itu juga.

c. **Bully-victim** yaitu pihak yang terlibat dalam perilaku agresif, tetapi juga menjadikorban perilaku agresif (Andreou, dalam Moutappa dkk, 2004). Craig (dalam Haynie dkk, 2001) mengemukakan bully victim menunjukkan level agresivitas verbal dan fisik yang lebih tinggi dibandingkan dengan anak lain. Bully victim juga dilaporkan mengalami peningkatan simptom depresi, merasa sepi, dan cenderung merasa sedih dan moody daripada murid lain (Austin & Joseph; Nansel dkk, dalam Totura, 2003). Schwartz (dalam Moutappa, 2004) menjelaskan bully-victim juga dikarakteristikkan dengan reaktivitas, regulasi emosi yang buruk, kesulitan dalam akademis dan penolakan dari teman sebaya serta kesulitan belajar (Kaukiainen, dkk., dalam Moutappa, 2004). d. **Neutral** yaitu pihak yang tidak terlibat dalam perilaku agresif atau bullying.

Bentuk-bentuk dari bullying : B. Fisik : Memukul, mendorong, meninju, menjegal, menghancurkan barang, mengancam secara fisik, B. Psikologis : Menyebarkan gosip, gurauan yang menyakitkan, mengisolasi, menyuruh orang lain untuk mengucilkan, menghancurkan reputasi, B. Verbal : Menghina, menyindir, memberi julukan, membentak, mempermalukan, Cyber bullying : kirim foto atau sms yang memalukan melalui ponsel.

B. Metode Kegiatan

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan atas kerjasama antara SD-SMP Citra Bahtera Hayat dengan Universitas Awal Bros. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan para siswa tentang bahaya bullying dan cara menghadapi bullying ketika terjadi dalam kehidupan kita. Metode pelaksanaan kegiatan menjelaskan tahapan dalam mencegah terjadinya bullying terhadap kesehatan mental anak. Solusi yang dapat dilakukan adalah membekali pengetahuan dengan memberikan materi terkait bahaya bullying tersebut. Adapun tahapan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu :

1. Tahap perencanaan dan persiapan

- a) Mempersiapkan tempat pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat, yaitu dengan mempersiapkan tempat para siswa beserta peralatan penunjang sebagai peralatan utama dalam kegiatan pengabdian masyarakat.
- b) Melakukan kontrak waktu dihari sebelum nya (dari pukul 08.45-09.45)
- c) Mempersiapkan media presentasi yang digunakan dalam pelatihan, yaitu laptop, speaker, polyfoam, print-an gambar di hvs.

2. Tahapan pelaksanaan dan proses

- a) Sebelum kegiatan dimulai masing-masing peserta diatur posisi tempat duduknya.
- b) Menyajikan materi penyuluhan dengan menggunakan power point. Penyaji materi dan peserta dapat melakukan tanya jawab setelah dilakukannya pemaparan materi.
- c) Penyaji materi menutup kegiatan penyuluhan setelah seluruh rangkaian kegiatan terlaksana dan dikembalikan lagi acaranya kepada kepala sekolah Citra Bahtera Hayat.

3. Tahap evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan dengan cara menanyakan kembali materi yang telah disampaikan. Apakah para siswa bisa mendengar dengan baik atau tidak.



C. Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan secara langsung di sekolah Citra Bahtera Hayat Batu Aji pada hari Jumat, 18 Maret 2022 dengan jumlah peserta lebih dari 30 orang. Berdasarkan kegiatan yang telah dilakukan, didapatkan bahwa tingkat pengetahuan para siswa terhadap bahaya bullying bagi kesehatan mental mengalami kenaikan setelah dilakukannya pemberian materi. Siswa yang semula ditanya namun tidak tahu untuk menjawab, ketika diakhir pemaparan materi siswa tersebut bisa menjawab kembali pertanyaan yang sebelumnya diberikan kepadanya. Hal ini membuktikan bahwa pemberian edukasi tentang bahaya bullying ini adalah salah satu cara terbaik untuk mencegah agar tidak terjadi bullying terhadap anak. Hasil kegiatan pengmas ini membuktikan bahwa informasi yang diterima melalui edukasi merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan anak sehingga menghasilkan perubahan pengetahuan yang lebih baik. Untuk meningkatkan pengetahuan agar dapat berhasil disertai dengan persiapan yang matang dan pelaksana menguasai sasarannya, narasumber juga harus menguasai materi secara maksimal serta harus mengatur secara tepat dan dapat memanfaatkan sarana belajar yang baik. Sehingga memungkinkan adanya keberhasilan dalam peningkatan pengetahuan anak. Selain itu pemaparan media informasi yang menarik juga berpengaruh terhadap antusias masyarakat dalam menerima informasi yang disampaikan oleh narasumber.

D. Kesimpulan Dan Saran

Kegiatan pengabdian masyarakat tentang bahaya bullying bagi kesehatan mental anak dilakukan secara langsung di sekolah Citra Bahtera Hayat Batu Aji dengan jumlah peserta lebih dari 30 orang. Setelah dilakukannya kegiatan pengabdian masyarakat didapatkan adanya perubahan tingkat pengetahuan para siswa terhadap bahaya bullying, dimana sebelum dilakukan kegiatan penyuluhan tentang bahaya bullying, tingkat pengetahuan para siswa kurang baik yaitu sebanyak 50% dan setelah dilakukannya edukasi terjadi peningkatan pengetahuan dimana hampir seluruh siswa berada pada tingkat pengetahuan yang sangat baik yaitu sebanyak 85%. Bagi mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan ilmu pengetahuan yang lebih lagi tentang bahaya bullying agar bisa berbagi informasi terkait bahaya bullying bagi kesehatan mental kepada para siswa dan lingkungan sekitarnya. Bagi para siswa diharapkan untuk dapat mengimplementasikan kedalam kehidupan sehari-hari terkait tentang materi yang telah diberikan oleh narasumber. Dimana guna untuk mengurangi terjadinya bullying tersebut. Sehingga tidak timbul hal yang melukai perasaan seseorang.

Dikirim : 8 Desember 2022
Direvisi : 28 Desember 2022
Disetujui : 02 Januari 2023

ICJ
(Initium Community Journal)
Online ISSN : 2798-9143
Jurnal homepage: <https://journal.medinerz.org>

E. Daftar Pustaka

<https://id.m.wikipedia.org/wiki/Penindasan>. Retrieved Juni 12, 2017, from
<http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/47777/Chapter%20II.pdf;jsessionid=35D4422C5DB57C049D80F2372527001B?sequence=4>

Kasus Bullying Dalam Kalangan Pelajar (Suatu Tinjauan Kriminologi)
https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://lib.unnes.ac.id/33405/1/1401414449_Optimized.pdf&ved=2ahUKEwi87KOZldL2AhVuILcAHWT6BAI4ChAWegQIAxAB&usg=AOvVaw2bmeOEM3XmSZmanVkp1u8n