

Pendidikan Anti *Bullying* Pada Anak di Lingkungan Keluarga dan Sekolah Menuju Optimalisasi Kesehatan Jiwa Masyarakat

Isna Hikmawati¹, Ugung Ariawibowo², Ragil Setiyabudi¹

¹Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto

²Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Korespondensi: isnahikmawati@ump.ac.id, +62 815 4889 0521

Diterima: 4 Agustus 2024

Disetujui: 2 Oktober 2024

Diterbitkan: 30 Oktober 2024

Abstrak

Latar belakang: *Bullying* merupakan hal yang berpotensi dialami anak baik di lingkungan sekolah maupun rumah. Anak tidak hanya berpotensi mengalami *bullying*, namun juga bisa menjadi pelaku *bullying* bagi teman sebayanya.

Tujuan: Untuk mencegah dampak buruk *bullying* pada anak baik di lingkungan sekolah maupun lingkungan rumah.

Metode: Melalui kegiatan pendidikan anti *bullying* pada anak di lingkungan keluarga dan sekolah. Prosedur pelaksanaan melalui penyuluhan dengan pemberian leaflet/materi dan penjelasan dengan powerpoint. Materi yang disampaikan mencakup ciri *bullying* fisik, kognitif, sosial, dan motorik yang berisiko terjadi di sekolah maupun di rumah, serta dampaknya bagi anak. *Post-test* dilakukan untuk melihat pengetahuan terkait *bullying* setelah mendapatkan materi. Kegiatan dilaksanakan setelah koordinasi dengan Ketua Pimpinan Cabang Aisyiyah dan para Kepala Sekolah TK/BA Aisyiyah se Kecamatan Tambak. Kegiatan diikuti 107 peserta, terdiri dari guru TK/BA 37 orang, wali siswa TK/BA 20 orang dan pengurus/anggota Aisyiyah sebanyak 50 orang. **Hasil:** Hasil evaluasi menunjukkan partisipasi aktif peserta terutama pada sesi tanya jawab dengan narasumber. Berbagai pertanyaan muncul dalam sesi tanya jawab, antara lain bagaimana menyikapi anak yang selalu mendominasi setiap aktivitas dan cenderung sering merendahkan temannya, apakah guru yang memaksakan anak untuk melakukan aktivitas sesuai kemauan guru merupakan bentuk *bullying* dan berbagai pertanyaan lainnya. Hasil pengukuran pengetahuan tentang *bullying* menunjukkan pengetahuan yang baik setelah pendidikan. **Kesimpulan:** Kegiatan pendidikan anti *bullying* pada anak di lingkungan keluarga dan sekolah dapat memberikan tambahan pengetahuan guru dan orangtua tentang *bullying* untuk mencegah gangguan kesehatan mental, sehingga diharapkan pengembangan kehidupan pribadi, kehidupan sosial, kegiatan belajar, serta perencanaan dan pengembangan karir anak lebih optimal.

Kata kunci: *bullying*, kesehatan jiwa, rumah tangga, sekolah

Abstract

Background: *Bullying* is something that children have the potential to experience both in school and home environments. Children are not only potentially bullied, but can also become bullies to their peers. **Objective:** To prevent the negative impacts of *bullying* on children both in school and home environments. **Method:** Through anti-*bullying* education activities for children in the family and school environment. The implementation procedure is through counseling by providing PowerPoint leaflets/materials and explanations. The material presented includes the physical, cognitive, social, and motor *bullying* characteristics at risk of occurring at school or home, as well as their impacts on children. After receiving the material, a *post-test* was conducted to see knowledge related to *bullying*. The activity was carried out after coordination with the Head of the Aisyiyah Branch Leadership and the Principals of Aisyiyah Kindergartens/BA schools throughout Tambak District. The activity was carried out after coordination with the Head of the Aisyiyah Branch Leadership and the Principals of Aisyiyah Kindergartens/Ba schools throughout Tambak District. The activity was attended by 107 participants, consisting of 37 kindergarten/BA teachers, 20 kindergarten/BA guardians, and 50 Aisyiyah administrators/members. **Result:** The evaluation results showed active participation of participants, especially in the discussion session with the resource person. Various questions arose in the discussion session, including how to deal with children who always dominate every activity and tend to often belittle their friends, whether teachers who force children to do activities according to the teacher's wishes are a form

of bullying, and various other questions. The results of measuring knowledge about bullying showed good knowledge after education. **Conclusion:** Anti-bullying education activities for children in the family and school environment can provide additional knowledge for teachers and parents about bullying to prevent mental health disorders it is hoped that the development of personal life, social life, learning activities, and career planning and development of children will be more optimal.

Keywords: bullying, mental health, household, school

PENDAHULUAN

Bullying merupakan hal yang berpotensi dialami anak baik di lingkungan sekolah maupun rumah. Anak tidak hanya berpotensi mengalami *bullying*, tapi juga bisa menjadi pelaku *bullying* bagi teman sebayanya. *Bullying* merupakan segala bentuk penindasan atau kekerasan yang dilakukan dengan sengaja oleh satu orang atau sekelompok orang yang lebih kuat atau berkuasa terhadap orang lain, dengan tujuan untuk menyakiti dan dilakukan secara terus menerus. *Bullying* memiliki pengaruh jangka panjang dan jangka pendek. Pengaruh jangka pendek antaralain terjadinya depresi karena mengalami penindasan, menurunnya minat untuk mengerjakan tugas-tugas sekolah yang diberikan oleh guru, dan menurunnya minat untuk mengikuti kegiatan sekolah. Sedangkan akibat yang ditimbulkan dalam jangka panjang antara lain mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan baik terhadap lawan jenis, selalu memiliki kecemasan akan mendapatkan perlakuan yang tidak menyenangkan dari teman-teman sebayanya [1].

Bullying pada anak-anak dapat terjadi secara fisik seperti: mencubit, mendorong, hingga tindakan fisik yang merugikan orang di sekitar, secara verbal seperti: mengejek, menertawakan, hingga membandingkan sesamanya, contoh: bodoh, jelek dan lain sebagainya dan secara sosial seperti: mengucilkan hingga mendiamkan sesamanya [2]. Perilaku intimidasi bertahan dari generasi ke generasi, lingkungan di sekitar kita terus berubah. Secara historis, perlindungan terjadi di sekolah, lingkungan fisik yang menjadi pusat sebagian besar masa kanak-kanak dan merupakan sumber utama pembentukan kelompok teman sebaya. Namun dalam beberapa tahun terakhir, lingkungan fisik bukanlah satu-satunya tempat terjadinya intimidasi. Teknologi memungkinkan terjadinya jenis agresi elektronik digital yang benar-benar baru, yaitu *cyberbullying*, yang terjadi melalui ruang obrolan, pesan instan, media sosial, dan bentuk komunikasi elektronik digital lainnya [3].

Pimpinan Cabang Aisyiyah Tambak, dibawah Majelis Pendidikan PAUD, Dasar dan Menengah memiliki 7 pendidikan TK ABA(Aisyiyah Bustanul Athfal) yaitu BA Aisyiyah Watuagung, BA Karangpetir 1 dan 2, BA Karangpucung 1 dan 2, BA Prembun dengan siswa antara 50-100 setiap BA. Wali siswa di taman kanak-kanak tersebut merupakan anggota Aisyiyah atau simpatisannya. Para ibu wali murid ini memiliki peran yang penting dalam

keluarga terutama dalam pendidikan anak, dengan pemahaman yang baik tentang *bullying*, maka mereka menjadi sangat penting untuk memberikan pengaruh positif dan pemahaman yang lebih baik terhadap pemahaman anak dalam menghadapi masalah *bullying*. Keterlibatan anggota Aisyiyah dalam penanganan *bullying* di TK juga dapat membantu membangun kesadaran masyarakat tentang pentingnya masalah ini. Untuk itu dibawah Pimpinan Cabang Aisyiyah, para anggota Aisyiyah yang sebagian sebagai wali siswa di beberapa TK tersebut, diharapkan dapat menjadi agent perubahan pencegahan *bullying* dalam tatanan rumah tangga. Hasil survey pendahuluan banyak sekali anak-anak yang ditunggu ibunya di luar kelas, bahkan ada beberapa peserta didik di masing-masing sekolah tersebut yang ditunggu di dalam kelas. Hal ini tentunya sangat mengganggu proses pembelajaran. Survey pendahuluan dengan beberapa walimurid mereka beralasan, anaknya takut kalo tidak ditunggu akibat perilaku beberapa teman yang sering mencubit, mendorong ataupun perlakuan *bullying* verbal dan sosial seperti menertawakan, mendiamkan.

Berbagai dampak *bullying* fisik motorik antara lain terjadinya cedera fisik yang dapat mengganggu perkembangan fisik motoriknya. Akibat *bullying* sosial berpotensi mengalami gangguan kecemasan dan depresi yang berpengaruh pada perkembangan sosial emosionalnya (murung, pendiam, emosi tidak terkontrol, sikap arogan, pemarah, suka melanggar aturan, hingga dijauhi lingkungan akibat sanksi sosial. Dampak *bullying* kognitif antara lain menyebabkan anak tidak berani mengungkapkan ide dan gagasan sehingga mengganggu perkembangan kognitifnya. Selain itu, ketidakpercayaan diri ini di masa mendatang dapat menghambat anak dalam memaksimalkan potensi kognitifnya. Sedangkan dampak *bullying* bahasa dapat berakibat pada perkembangan bahasa anak dalam jangka panjang [4]. Berbagai persoalan tersebut, TK Aisyiyah dan para anggota Aisyiyah di wilayah ranting diharapkan dapat menjadi role model pendidikan anak usia dini dengan lingkungan sekolah dan keluarga yang memiliki suasana pembelajaran bebas dari *bullying* baik secara verbal, fisik, bahasa maupun sosial.

Fenomena yang ada saat ini, permasalahan mitra, khususnya dari para wali murid, seringkali belum memahami berbagai aktifitas yang dilakukan di rumah yang sebenarnya merupakan tindakan *bullying*, sedangkan

dari para guru TK, permasalahan sering muncul, kurangnya pemahaman guru dalam teknik penanganan *bullying* yang terjadi pada siswa didiknya. Melihat fenomena tersebut, perlu kerjasama yang saling sinergi antara sekolah dan orangtua, dengan melakukan pengawasan aktifitas anak-anak agar terhindar dari tindakan *bullying*. Untuk itu, sangat diperlukan memberikan pemahaman kepada orangtua siswa, guru bagaimana permasalahan dan pencegahan *bullying* baik di lingkungan keluarga dan sekolah menuju optimalisasi kesehatan jiwa masyarakat.

METODE

Mitra dalam kegiatan pendidikan anti *bullying* terdiri dari dua yaitu mitra di tatanan sekolah yaitu guru TK/BA dan perwakilan orangtua siswa TK/BA Aisyiyah se Kecamatan Tambak. Sedangkan Mitra kedua, di tatanan rumah tangga yaitu masyarakat umum khususnya pengurus dan anggota Aisyiyah Kecamatan Tambak. Pendekatan masalah menggunakan metode ceramah dan tanya jawab. Media yang digunakan menggunakan powerpoint, video dan materi yang dibagikan. Kegiatan ceramah berisi materi : ciri *bullying* fisik, kognitif, sosial, motorik yang berisiko terjadi di sekolah dan di rumah, dampak *bullying* fisik, kognitif, sosial, motorik baik dampak jangka pendek dan panjang. Sesudah kegiatan peserta diberikan posttest untuk melihat pemahaman terkait *bullying*. Mitra berpartisipasi aktif dalam setiap kegiatan. Partisipasi aktif dimulai dari mengikuti kegiatan tutorial, tanya jawab dan evaluasi oleh tim pengabdian dari seluruh rangkaian kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dilaksanakan setelah koordinasi dengan Ketua Pimpinan Cabang Aisyiyah dan para Kepala Sekolah TK/BA Aisyiyah se Kecamatan Tambak. Pelaksanaan pendidikan anti *bullying* pada tanggal 12 Mei 2024. Kegiatan diikuti oleh 107 peserta, terdiri dari guru TK/BA 37 orang, wali siswa TK/BA 20 orang dan pengurus/anggota Aisyiyah sebanyak 50 orang (Gambar 1).



Gambar 1. Paparan materi anti *bullying*

Peserta sebagian besar belum pernah mengikuti pendidikan anti *bullying* secara klasikal, namun beberapa

peserta mengenal tentang *bullying* dari berbagai media informasi seperti televisi, internet, artikel di handphone dan lain-lain. *Bullying* sering menjadi topik yang menarik dibicarakan, karena banyaknya kasus yang terjadi termasuk di lingkungan sekolah, sehingga Kementerian Pendidikan Kebudayaan Riset dan Teknologi (Kemendikbudristek) menyebutnya *bullying* sebagai salah satu dari 3 dosa besar pendidikan, selain kekerasan seksual dan intoleransi. Oleh karena itu *bullying* di sekolah perlu perhatian khusus dan berbagai solusi untuk mengatasinya [5].



Gambar 1. Peserta pendidikan anti *bullying*

Sekolah yang baik adalah sekolah yang memiliki tenaga pendidik yang kompeten (kompetensi paedagogik, kompetensi profesional, kompetensi sosial dan kompetensi kepribadian), memiliki sarana dan prasarana kegiatan belajar mengajar yang lengkap sehingga anak anak dapat mengembangkan potensi dirinya, namun demikian sekolah juga bisa menjadi tempat yang dapat mengganggu perkembangan diri anak, salah satunya stressor berupa yang dapat mengganggu perkembangan diri anak adalah adanya perilaku *bullying* di sekolah. Menurut Ken Rigby, *bullying* merupakan hasrat untuk menyakiti seseorang sampai menyebabkan seseorang menderita. Aksi ini dapat dilakukan secara individu atau kelompok yang lebih kuat, tidak bertanggung jawab, biasanya berulang dan dilakukan dengan keadaan senang. Tanda-tanda anak menjadi korban *bullying* antarlain kesulitan dalam bergaul, takut berangkat ke sekolah, ketinggalan pelajaran, kesulitan berkonsentrasi dan berbagai perilaku buruk lainnya [6].

Hasil evaluasi menunjukkan partisipasi aktif peserta terutama pada sesi tanya jawab dengan narasumber. Berbagai pertanyaan dalam sesi tanya jawab antara lain, bagaimana menyikapi anak yang selalu mendominasi setiap aktivitas dan cenderung sering merendahkan temannya, dari perwakilan guru apakah memaksakan anak untuk melakukan aktivitas sesuai kemauan guru merupakan bentuk *bullying* dan berbagai pertanyaan lain yang disampaikan audience dalam kegiatan tersebut. Pendidikan anti *bullying* yang telah dilaksanakan melalui Kerjasama Universitas Muhammadiyah Purwokerto dan

Pimpinan Cabang Aisyiyah Kecamatan Tambak diharapkan akan mengurangi kejadian *bullying* yang dilakukan di rumah atau di lingkungan sekolah. Lingkungan sekolah dan rumah merupakan faktor yang dapat menyebabkan kejadian *bullying*. Lingkungan keluarga antara lain: orang tua yang sering menghukum anaknya secara berlebihan, atau situasi rumah yang penuh stress, agresi, dan permusuhan. Kondisi-kondisi konflik inilah yang menyebabkan anak akan menirunya terhadap teman-temannya. Jika tidak ada konsekuensi yang tegas dari lingkungan terhadap perilaku coba-cobanya 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*. Lingkungan sekolah biasanya merupakan rangkaian kejadian *bullying* yang telah dilakukan di lingkungan keluarga dan pihak sekolah sering mengabaikan keberadaan *bullying* ini. Akibatnya, anak-anak sebagai pelaku *bullying* akan mendapatkan penguatan terhadap perilaku mereka untuk melakukan intimidasi terhadap anak lain [7]. Dalam kegiatan pelatihan ini, dilanjutkan monitoring Majelis Dikdasmen untuk melihat keberlanjutan program, hal ini menunjukkan pentingnya menerapkan strategi bottom-up yang melibatkan masyarakat dalam perancangan, pelaksanaan dan evaluasi setiap intervensi kesehatan, sehingga setiap kegiatan dapat berkelanjutan [8].

Faktor lain penyebab *bullying* adalah kelompok bermain remaja. Faktor ini muncul ketika seorang individu tumbuh menjadi remaja, namun tidak memiliki pedoman dalam memilih kelompok bermain, sehingga terjerumus kepada kegiatan kenakalan remaja, mengingat remaja merupakan individu dengan fase perkembangan psikologis yang sangat membutuhkan pengakuan eksistensi diri. Selain kelompok bermain remaja, kondisi lingkungan sosial khususnya faktor kemiskinan menjadi faktor terjadinya tindakan *bullying*. 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. Faktor selanjutnya adalah berbagai tayangan televisi dan media cetak yang dapat membentuk pola perilaku *bullying* dari segi tayangan yang mereka tampilkan seperti meniru adegan-adegan film yang ditontonnya [9].

Berdasarkan WHO *bullying* di masa kanak-kanak/sekolah merupakan masalah kesehatan masyarakat utama yang dapat menurunkan derajat kesehatan, buruknya faktor sosial dan gagalnya pendidikan. Konsekuensi dari *bullying* pada masa kanak-kanak bisa dikategorikan ke dalam tiga kategori besar: pendidikan konsekuensi selama masa kanak-kanak, konsekuensi kesehatan selama masa kanak-kanak dan konsekuensinya selama masa dewasa [10]. Kesehatan mental dan fisik akan berpengaruh baik jangka

pendek maupun jangka panjang. Dalam waktu yang cukup lama anak yang menjadi korban *bullying* akan menunjukkan gejala atau perilaku seperti penuh ketakutan karena trauma dan menjadi malu atau kurang percaya diri. Kurangnya rasa percaya diri pada anak akan berakibat anak menjadi kurang menghargai dirinya sendiri yang akan mempengaruhi kemampuan anak mengatasi masalah [11].

Berbagai tantangan dalam hidup saat ini sangat dibutuhkan rasa percaya diri yang baik bagi anak yang sedang berkembang. Sekolah dengan kejadian *bullying* yang rendah diharapkan memberikan hal positif bagi anak terutama kemampuan anak dalam hal kemampuan beradaptasi, manajemen stres, dan interpersonal. Anak-anak dengan perilaku menyimpang bisa jadi mencari pengakuan eksistensi diri dari menindas orang yang dirasa lebih lemah agar dia memiliki pengakuan dari lingkungannya bahwa ia memiliki keberanian dan kekuasaan [12].

Peningkatan kasus *bullying* tidak terlepas dari tingginya penggunaan gadget pada anak. Hasil penelitian menunjukkan 48% anak menggunakan gadget lebih dari lima jam/hari [13]. Hal ini berdampak pada berbagai risiko perilaku buruk seperti merendahkan orang lain, kekerasan, perkelahian fisik, merendahkan harga diri, kecanduan, pembelajaran yang lambat [14]. Orang tua berperan penting dalam pengawasan penggunaan gadget pada anak. Orang tua dan keluarga adalah anggota sosial terdekat anak. Orang tua berperan untuk melakukan upaya preventif untuk mencegah anak mengalami kecanduan akan gadgetnya dan pada kelanjutannya berisiko terjadinya *bullying* [15]. Sekolah memiliki peran penting dalam mencegah *bullying* salah satunya melalui pembentukan karakter anak dan penyediaan fasilitas konseling, dengan mengoptimalkan pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah harapannya pengembangan kehidupan pribadi, kehidupan sosial, kegiatan belajar, serta perencanaan dan pengembangan karir lebih optimal bagi anak.

KESIMPULAN

Kegiatan pendidikan anti *bullying* pada anak di lingkungan keluarga dan sekolah dapat meningkatkan pengetahuan guru dan orangtua tentang *bullying* untuk mencegah gangguan kesehatan mental, sehingga diharapkan pengembangan kehidupan pribadi, kehidupan sosial, kegiatan belajar, serta perencanaan dan pengembangan karir anak lebih optimal.

REKOMENDASI

Sekolah diharapkan sebagai institusi pendidikan yang memiliki peran penting dalam mencegah *bullying* melalui pembentukan karakter anak dan penyediaan fasilitas konseling.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih ditujukan kepada Pimpinan Cabang Aisyiyah Tambak beserta seluruh jajaran pimpinan rantingnya serta Kepala Sekolah TK Bustanul Atfal se Kecamatan Tambak. Kegiatan pengabdian Masyarakat ini didanai oleh Universitas Muhammadiyah Purwokerto atas hibah kegiatan pengabdian masyarakat dengan nomor perjanjian: :A.12-III/730-S.Pj/LPPM/XII/2023.

REFERENSI

- [1] Mohamad AM dan A. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara, 2006.
- [2] Direktorat PAUD Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. *Buku Saku Pencegahan Bullying Pada Anak Usia Dini*. Kemendikbud, 2020.
- [3] Menestrel FR and S Le. *Preventing Bullying Through Science, Policy, and Practice*. Wanshington: National Academies Press (US), 2016.
- [4] Ihsana Sabriani Borualogo HW dan SK. Prediktor Bullying Siswa Sekolah Dasar. *J Ilm Psikol Terap* 2020; 08: 26–42.
- [5] Damardjati. T. Kemendikbud: ‘Bullying’ Merupakan Dosa Besar Pendidikan Indonesia. *Kompas*, 2024.
- [6] Astuti PR. *Merendam Bullying: 3 Cara Efektif Menanggulangi Kekerasan pada Anak*. Jakarta: PT. Grasindo, 2008.
- [7] Ariesto A. *Pelaksanaan program antibullying teacher empowerment program (TEP) di sekolah (studi deskriptif Program Teacher Empowerment Program pada guru di SMA ‘X’ Jakarta Selatan*. Universitas Indonesia, 2009.
- [8] Hikmawati I, Setiyabudi R. Pengendalian Bersama Vector Demam Berdarah Dengue (DBD) Dan Covid-19 Berbasis Pemberdayaan Masyarakat. In: *“Pengembangan Sumberdaya Menuju Masyarakat Mandiri Berbasis Inovasi Ipteks*. Universitas Muhammadiyah Purwokerto, ISBN : 978-602-14930-0-7, 2021, pp. 29–35.
- [9] Zakiyah EZ, Humaedi S, Santosa MB. Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying. *Pros Penelit dan Pengabdian Kpd Masy* 2017; 4: 324–330.
- [10] Armitage R. Bullying in children: Impact on child health. *BMJ Paediatr Open* 2021; 5: 1–8.
- [11] Hawker DS BM. Twenty years’ research on peer victimization and psychosocial maladjustment: a meta-analytic review of cross-sectional studies. *J Child Psychol Psychiatry*. 2000; 41: 441–55.
- [12] Méndez I, Jorquera AB, Ruiz-Esteban C, et al. Emotional intelligence, bullying, and cyberbullying in adolescents. *Int J Environ Res Public Health*; 16. Epub ahead of print 2019. DOI: 10.3390/ijerph16234837.
- [13] Twenge JM, Joiner TE, Rogers ML MG. Increases in Depressive Symptoms, Suicide-Related Outcomes, and Suicide Rates Among U.S. Adolescents After 2010 and Links to Increased New Media Screen Time. *Clin Psychol Sci* 2018; 6: 17–19.
- [14] Janssen C&. Neighborhood disorder and screen time among 10-16 year old Canadian youth: A cross_sectional study. *Int J Behav Nutr Phys Act* 2012; 9: 12–17.
- [15] Aramico B, Azwar E, Aceh UM. Hubungan Perkembangan Karakter Anak Terhadap Dampak Penggunaan Gadget Pada Usia 3-6 Tahun Di Desa Bener Pepanyi Kecamatan Permata Kabupaten Bener Meriah Tahun 2022. 2022; 1: 118–129.