

BULLYING

Fenomena dalam Berbagai Konteks

Sanksi Pelanggaran Pasal 113 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, sebagaimana yang telah diatur dan diubah dari Undang-Undang Nomor 19 Tahun 2002, bahwa:

Kutipan Pasal 113

- (1) Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000,- (seratus juta rupiah).
- (2) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,- (lima ratus juta rupiah).
- (3) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp1.000.000.000,- (satu miliar rupiah).
- (4) Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp4.000.000.000,- (empat miliar rupiah).

BULLYING

Fenomena dalam Berbagai Konteks

**FARAH AULIA
AMIN AKBAR
ELRISFA MAGISTARINA**



BULLYING
Fenomena dalam Berbagai Konteks

Edisi Pertama
Copyright © 2021

ISBN 978-623-218-901-0
14 x 20,5 cm
x, 136 hlm
Cetakan ke-1, April 2021

Kencana. 2021.1501

Penulis
Farah Aulia
Amin Akbar
Elrisfa Magistarina

Desain Sampul
Irfan Fahmi

Tata Letak
Ria & Iam

Penerbit
KENCANA
Jl. Tamba Raya No. 23 Rawamangun - Jakarta 13220
Telp: (021) 4786-4657 Faks: (021) 475-4134

Divisi dari PRENADAMEDIA GROUP
e-mail: pmg@prenadamedia.com
www.prenadamedia.com
INDONESIA

Dilarang memperbanyak, menyebarkan, dan/atau mengutip sebagian atau seluruh isi buku ini dengan cara apa pun, termasuk dengan cara penggunaan mesin fotokopi, tanpa izin tertulis dari penerbit dan penulis.

Kata Pengantar

Hadirnya buku ini menjadi representasi atas keresahan penulis dan kolega terkait fenomena *bullying* (perundungan) yang semakin marak terjadi dan merambah ke berbagai konteks sosial kehidupan di masyarakat. Menelaah lebih jauh, buku ini juga berlandaskan pada beberapa penelitian mahasiswa bimbingan penulis yang mengambil tema terkait *bullying*. Dalam beberapa penelitian dan pembahasan *bullying* cenderung digambarkan dalam konteks pendidikan saja karena hanya itu yang terekspos dalam kacamata dunia, padahal sejatinya *bullying* sudah merambah pada dunia olahraga, dunia kerja dan bahkan sudah membelah menjadi variasi baru yang diwadahi oleh media atau yang sering kita dengar dengan istilah *cyberbullying*. Berangkat dari hal tersebut, penulis mencoba melakukan kategorisasi dalam tema yang lebih spesifik dan tertuang pada tulisan kali ini.

Pada bagian awal buku ini akan membahas tentang bagaimana kita memahami tentang *bullying* yang terjadi serta akan membahas tentang apa yang membedakan *bullying* dengan perilaku agresif lainnya. Lebih luasnya kita juga perlu mengenali siapa saja yang terlibat dalam *bullying*, termasuk pelaku, korban dan saksi. Pada bagian tengah dalam buku ini, kami menyajikan bagaimana perilaku *bullying* tersebut hadir dalam berbagai konteks sosial seperti pendidikan yang memang marak terjadi, dunia olahraga dan memberikan sedikit pandangan terkait bagaimana *bullying* juga terjadi di dunia kerja. Sebagai penutup dan bagian akhir dari buku ini, penulis akan membahas

bagaimana kemajuan teknologi dan zaman membuat perilaku *bullying* juga membelah diri menjadi bentuk baru yang difasilitasi oleh media internet yang sering kita kenal dengan *cyberbullying*.

Buku ini kami peruntukan untuk orangtua, guru, pihak sekolah, pelatih olahraga, atlet, pekerja dan pimpinannya, karena *bullying* dapat terjadi dalam kehidupan sehari-hari dalam konteks sekolah, olahraga dan dunia kerja. Terima kasih kami ucapkan untuk semua pihak yang terlibat dan memberikan dukungan terhadap penulis sehingga buku ini dapat disajikan kepada masyarakat. Kami haturkan ucapan terima kasih kepada Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang yang telah memfasilitasi proses penulisan buku ini. Kemudian kami ucapkan juga terima kasih kepada penerbit atas kepercayaan dan kesediaannya dalam menerbitkan buku kami. Besar harapan kami semoga buku ini dapat membawa manfaat bagi masyarakat. Terima kasih.

Padang, 22 Januari 2021

Penulis



Daftar Isi

KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL DAN GAMBAR	ix
BAB I MEMAHAMI BULLYING	1
A. Pengertian <i>Bullying</i>	1
B. Bentuk-bentuk <i>Bullying</i>	4
C. Siapa Saja yang Terlibat dalam <i>Bullying</i> ?	8
D. Bagaimana Perilaku <i>Bullying</i> Dapat Diketahui?	17
E. Faktor-faktor yang Memengaruhi Terjadinya <i>Bullying</i>	19
BAB II BULLYING DI DUNIA PENDIDIKAN	31
A. <i>Bullying</i> di Tingkat Taman Kanak-kanak dan Sekolah Dasar	33
B. <i>Bullying</i> di Tingkat Sekolah Menengah	36
C. <i>Bullying</i> di Perguruan Tinggi	40
D. Dampak <i>Bullying</i>	42
E. Intervensi untuk Mengatasi <i>Bullying</i> di Dunia Pendidikan	49
BAB III BULLYING DI DUNIA OLAHRAGA	67
A. Selayang Pandang <i>Bullying</i> dalam Dunia Olahraga	67
B. Pelaku <i>Bullying</i> dalam Olahraga	68
C. Memutus Rantai <i>Bullying</i> dalam Dunia Olahraga dan Solusinya	75

BAB IV	BULLYING DI DUNIA KERJA	83
A.	Berbagai Definisi <i>Bullying</i> di Dunia kerja	84
B.	Kasus <i>Bullying</i> di Dunia Kerja	86
C.	Jenis Perilaku pada <i>Bullying</i> di Dunia Kerja	88
D.	Pelaku <i>Bullying</i> di Dunia Kerja	90
E.	<i>Bullying</i> di Dunia Kerja dari Berbagai Perspektif	93
F.	Intervensi untuk mengatasi <i>Bullying</i> di Tempat Kerja	96
BAB V	CYBERBULLYING	99
A.	Keuntungan Penggunaan Internet bagi Remaja	102
B.	Faktor Risiko Penggunaan Internet pada Remaja	104
C.	Prevalensi <i>Cyberbullying</i>	110
D.	Bentuk dan Alat yang Digunakan dalam <i>Cyberbullying</i>	111
E.	Siapa Saja yang Terlibat dalam <i>Cyberbullying</i> ?	116
F.	Dampak <i>Cyberbullying</i> pada Anak	123
G.	Upaya untuk Mencegah dan Mengatasi <i>Cyberbullying</i>	124
DAFTAR PUSTAKA		127
TENTANG PENULIS		135



Daftar Tabel dan Gambar

Tabel 1	Tempat terjadinya <i>bullying</i> di sekolah	32
Tabel 2	Perbandingan <i>cyber bullying</i> vs <i>bullying</i>	110
Gambar 1	Teori Ekologi Brofenbrenner	51
Gambar 2	Bentuk kampanye anti <i>bullying</i> dalam dunia olahraga	80
Gambar 3	Bentuk kampanye anti <i>bullying</i> dalam dunia olahraga	80



I

Memahami *Bullying*

Bullying belakangan ini menjadi fenomena yang cukup mengkhawatirkan. Berbagai kasus *bullying* dapat terjadi di berbagai setting baik pendidikan, tempat kerja dan dunia olahraga. Sebelum membahas lebih jauh, kita perlu memahami terlebih dahulu apa itu *bullying*, karena *bullying* memiliki perbedaan dengan konflik terjadi pada anak atau remaja.

A. PENGERTIAN *BULLYING*

Bullying merupakan salah satu bentuk perilaku agresif yang ditujukan untuk menyakiti orang lain. *Bullying* dalam bahasa Indonesia dijelaskan dengan istilah perundungan, penindasan, perisakan, atau pengintimidasian. Lalu, apa sih sebenarnya *bullying* itu? Beberapa pengertian tentang *bullying* diungkapkan oleh para ahli. *Bullying* adalah penyalahgunaan kekuasaan yang sistematis dan berulang, perilaku tidak menyenangkan yang terjadi dari waktu ke waktu, yang dapat terjadi pada anak-anak dan dewasa (Smith & Sharp, 1994; Smith & Brain, 2000 dalam Barbosa *et al.*, 2008). Berbagai bentuk tindakan kekerasan yang terjadi dalam konteks *bullying*, mulai dari ancaman secara verbal sampai pada serangan fisik dan seksual dipandang mengancam fisik dan psikologis dari korban begitu juga dengan pelaku. *Bullying* secara berulang memiliki hubungan dengan bentuk kekerasan yang lebih agresif dan berhubungan dengan efek negatif pada

masa dewasa (Olweus 1991; Rey *et al.*, 1988; Tritt & Duncan, 1997 dalam Barbosa *et al.*, 2008).

Lalu, kapan perilaku agresif dapat disebut dengan *bullying*? Setidaknya perilaku tersebut memenuhi beberapa ciri yaitu: *Pertama*, perilaku ditujukan untuk menyakiti seseorang atau individu. *Kedua*, perilaku tersebut dilakukan secara berulang-ulang. *Ketiga*, perilaku terjadi pada relasi interpersonal dan melibatkan adanya ketidakseimbangan kekuasaan antara pelaku dan korban *bullying*. Ketidakseimbangan kekuasaan ini menunjukkan bahwa pelaku lebih kuat dari korban dalam beberapa hal, misalnya lebih populer, secara fisik lebih besar, lebih pintar, sosial status yang lebih tinggi, lebih berkuasa secara struktural seperti pimpinan dengan bawahan dan bentuk ketidakseimbangan kekuasaan lainnya.

Definisi *bullying* sendiri memiliki beberapa perbedaan dari para ahli, berikut ini ditampilkan perbedaan definisi *bullying* dari beberapa ahli. Olweus (1993) menjelaskan *bullying* sebagai perilaku negatif yang dilakukan secara berulang sepanjang waktu yang dilakukan oleh seseorang pada orang lain. Dalam definisi ini kata kuncinya adalah perilaku negatif yang berulang. Pengertian lainnya yang berhubungan dengan penyalahgunaan kekuasaan yang sistematis dalam sebuah hubungan interpersonal (Smith & Sharp, 1994). *Bullying* juga dijelaskan sebagai bentuk keinginan untuk menguasai dan dominasi terhadap orang lain (Askew, 1989) dan perilaku menyerang secara psikologis dan fisik, pada individu atau kelompok yang lebih lemah (Rigby, 1996).

Walaupun terdapat definisi *bullying* yang beragam dari para ahli, namun kesimpulan yang dapat diambil adalah bahwa *bullying* melibatkan perilaku yang tidak menyenangkan yang ditujukan pada orang lain untuk menimbulkan rasa sakit baik secara fisik maupun psikologis, dan dapat terjadi secara berulang-ulang dengan ketidakseimbangan kekuasaan yang terjadi antara pelaku dan korban.



Bagaimana insiden *bullying* di Indonesia? Penelitian yang dilakukan oleh sebuah organisasi SEJIWA, Plan Indonesia dan Universitas Indonesia menunjukkan data yang cukup mengkhawatirkan. Hasil penelitian ini menunjukkan bentuk kekerasan yang meliputi *bullying* verbal, psikologis serta fisik dilaporkan oleh 66,1% siswa SMP dan 67,9% siswa SMA. Selanjutnya kekerasan antarsiswa di tingkat SMP secara berurutan terjadi di Yogyakarta (77,5%), Jakarta (61,1%) dan Surabaya (59,8%). Kekerasan di tingkat SMA terbanyak terjadi di Jakarta (72,7%), kemudian diikuti Surabaya (67,2%) dan terakhir Yogyakarta (63,8%). Sementara siswa SMP dan SMA memersepsikan guru paling sering melakukan *bullying* psikologis (41,8% & 47,8%). Namun di SMP guru masih lebih sering memberikan hukuman fisik (26,3%) daripada di SMA (24,0%) (<http://sejiwa.org>).

Insiden *bullying* yang terdata memang lebih banyak di konteks sekolah, namun pada konteks lainnya seperti dunia kerja, dunia olahraga dan domestik keluarga *bullying* mungkin juga kerap terjadi. Belum ditemukannya data tentang insiden *bullying* dalam konteks tersebut dapat disebabkan oleh beberapa hal. *Pertama*, korban enggan melaporkan insiden *bullying* yang dialami karena menyangkut keberlangsungan ekonomi (jika di dunia kerja), keberlangsungan karier di dunia olahraga dan keberlangsungan rumah tangga. *Kedua*, ada kemungkinan bahwa kedua belah pihak tidak memahami bahwa perilaku *bullying* yang sudah terjadi tersebut adalah sesuatu yang seharusnya tidak boleh dilakukan. Contohnya, di konteks kehidupan kantor, anak baru di kantor sering menjadi sasaran senior untuk melakukan tugas-tugas yang seharusnya tidak menjadi tugasnya dengan embel-embel senioritas. Kondisi di konteks olahraga juga mungkin saja tidak jauh berbeda. Senioritas di bidang olahraga seakan-akan memberikan peluang untuk dapat memperlakukan junior sedemikian. Kondisi ini dianggap suatu hal yang biasa terjadi, sehingga tidak dianggap sebagai perilaku yang tidak pantas *bullying*. Pada konteks domestik atau rumah tangga,

bullying secara fisik, verbal atau sosial dapat saja terjadi pada suami istri, namun ketakutan akan rusaknya rumah tangga atau perceraian, kekhawatiran akan ekonomi dan lainnya membuat korban takut untuk melaporkan tindakan *bullying* yang dialami.

B. BENTUK-BENTUK *BULLYING*

Terdapat berbagai bentuk *bullying* yang dapat dilakukan baik secara fisik, verbal, atau sosial baik yang dilakukan secara langsung maupun tidak langsung terhadap korban. Lee (2004) menjelaskan *bullying* dalam beberapa tipe dasar yaitu:

1. *Bullying* Fisik

Bentuk-bentuk *bullying* fisik antara lain memukul, menampar, menyikut, menekuk, mendorong, menendang, mencubit, memasukkan kepala ke toilet, melempar dengan makanan. *Bullying* fisik tidak hanya melibatkan perilaku yang langsung pada fisik korban memukul dan menendang, namun juga dapat dilakukan dalam bentuk tidak langsung yaitu merusak barang-barang atau pekerjaan korban dengan tujuan untuk menjatuhkan atau melemahkan korban. Terdapat manifestasi dari *bullying*, namun tanpa adanya rasa sakit yang ditimbulkan. Perilaku menakutkan untuk mendapatkan uang dari korban atau mengancam dengan gerak tubuh tertentu yang mengintimidasi korban. Kekhasan yang terdapat dalam *bullying* adalah adanya ketidakseimbangan kekuatan antara korban dan pelaku, sehingga jika perilaku mengancam menyebabkan terjadinya perkelahian yang seimbang, maka hal ini tidak dapat disebut sebagai *bullying*.

2. *Bullying* Verbal

Bullying dalam bentuk verbal adalah bentuk yang paling umum dari *bullying* yang dapat memberikan dampak langsung terhadap korban, biasanya dilakukan di depan banyak orang dengan sedikit usaha yang dilakukan oleh pelaku. Memanggil



dengan sebutan tertentu dan menyerang, mempermalukan, menakut-nakuti dan menghina di depan orang banyak merupakan bentuk *bullying* yang dilakukan oleh pelaku untuk menunjukkan kekuasaan atas korban. Selain itu, *bullying* verbal juga dapat berupa berbisik-bisik atau membicarakan seseorang di belakangnya. Seringnya *bullying* fisik juga disertai dengan *bullying* verbal.

3. *Bullying* Sosial/Relasional

Bentuk *bullying* sosial melibatkan tindakan mengucilkan seseorang dari kelompok sosial atau mengintimidasi seseorang dalam kelompok. *Bullying* sosial dapat dilakukan secara langsung atau tidak langsung. Bentuk langsung dengan mengucilkan korban dari kelompok, sedangkan bentuk tidak langsung adalah dengan memengaruhi orang lain untuk mengucilkan korban dari kelompok sosial. Bentuk *bullying* sosial terkadang menjadi jauh lebih menyakitkan dibandingkan dengan *bullying* fisik karena menyebabkan rasa sakit pada psikologis korban dan perasaan tidak berdaya yang dapat berlangsung dalam jangka waktu yang lama.

Bullying sosial/relasional walaupun secara tidak langsung dilakukan oleh pelaku pada korban, namun cukup berdampak pada kehidupan sosial korban. Beberapa dampaknya adalah bahwa pelaku dapat menghancurkan atau memanipulasi hubungan korban dengan orang lain, menghancurkan reputasi korban di relasi sosialnya dengan menyebarkan gosip, rumor atau berita bohong tentang korban. Pelaku juga dapat memojokkan korban dalam relasi sosialnya dengan mempermalukan dan menghina korban serta mengucilkan korban dari kelompok.

Bentuk paling anyar dari *bullying* relasional ini adalah menggunakan media sosial untuk menyebarkan berita-berita bohong tentang korban untuk menghancurkan reputasinya secara masif. Perilaku ini dapat dilakukan melalui media sosial *online* seperti email, Facebook, Instagram, WhatsApp, dan yang terbaru adalah tiktok. Daya rusak dari *bullying* relasional via



media sosial ini akan lebih besar karena pada satu kesempatan saja berita bohong tentang korban dapat diakses oleh ratusan bahkan ribuan orang yang terhubung di media sosial. Dalam istilahnya *bullying* yang dilakukan melalui media internet ini disebut dengan *cyberbullying*.

Perbedaan bentuk *bullying* juga memberikan perbedaan dampak yang dirasakan korban. Namun dampak yang ditimbulkan tidak hanya ditentukan oleh bentuk *bullying*, namun juga ditentukan oleh hilangnya status sosial, kekuatan dan pengalaman pahit yang dirasakan oleh korban.

Bentuk *bullying* juga memiliki perbedaan terkait dengan jenis kelamin. Terkadang kita terkecoh dengan berpikir bahwa yang paling banyak melakukan *bullying* adalah anak laki-laki karena biasanya bukti perilaku *bullying* itu terlihat secara fisik pada korban, sedangkan pada anak perempuan jarang ditemui bukti fisik seperti ini. Pada kenyataannya insiden perilaku *bullying* sama antara anak laki-laki dengan anak perempuan, hanya saja bentuknya bisa saja berbeda. Terdapat kecenderungan bahwa anak laki-laki lebih banyak terlibat pada *bullying* fisik, sedangkan pada anak perempuan lebih banyak terlibat dalam *bullying* verbal dan relasional.

Anak perempuan juga dapat melakukan *bullying* yang dilakukan oleh anak laki-laki. Namun biasanya lebih sering dilakukan secara berkelompok jika dibandingkan dengan anak laki-laki. Kita mungkin bisa mengingat kembali beberapa kasus *bullying* yang dilakukan oleh sekelompok remaja perempuan yang cukup viral beberapa waktu yang lalu di media sosial. Dikutip dari Tribunnews.com, 7 Januari 2021, viral aksi *bullying* yang dilakukan oleh beberapa remaja putri, pada seorang remaja putri lainnya di Alun-alun Gresik. Dalam video yang disebarakan tersebut, korban mendapatkan kekerasan fisik yaitu ditampar hingga ditendang oleh beberapa remaja putri lainnya.

Sanders dan Phye (2004) menjelaskan lebih lanjut bahwa anak perempuan, cenderung melakukan *bullying* yang bersifat



tidak langsung atau *bullying* relasional untuk memanipulasi teman perempuannya. *Bullying* tidak langsung dan relasional ini dijelaskan dengan membahayakan anak perempuan lain dan berusaha untuk meningkatkan reputasinya sendiri dengan menghancurkan reputasi korban dan relasi sosialnya dengan menggunakan gosip, rumor, dan ancaman. Misalnya seorang pelaku *bullying* dapat merusak reputasi korban dengan menyebarkan gosip tentang moral korban. Berita tidak benar yang menyebar dapat membuat korban mengalami perlakuan tidak menyenangkan dari orang lain seperti dikucilkan, ditertawakan, dan akibat lainnya.

Bullying yang dilakukan oleh anak atau remaja perempuan pun cenderung lebih memberikan rasa sakit secara psikologis dibandingkan dengan sakit fisik. Di sisi lain, tampilan pelaku *bullying* dapat saja berbeda dari perilakunya yang sebenarnya. Pelaku dapat tampil sebagai anak baik pada orang dewasa di sekitarnya, namun cukup kejam perilakunya pada korban. Pe nyerangan pelaku pada korban juga dapat melibatkan kelompok dengan intensitas hubungan yang cukup kuat, sehingga dampak pada korban pun cukup buruk.

Pada anak atau remaja laki-laki kecenderungan *bullying* dilakukan secara fisik seperti dengan menjegal, memukul, meludahi, mendorong, atau serangan fisik lainnya. Serangan secara verbal pada korban biasanya melibatkan ujaran atau kata-kata umpatan terkait dengan anggota keluarga korban (misalnya: nama ayah) atau julukan-julukan tertentu. Anak atau remaja laki-laki yang melakukan *bullying* pada teman sebaya biasanya menyasar anak lain yang memiliki fisik lebih lemah atau lebih kecil. Perilaku *bullying* pun melibatkan tindakan pemerasan, misalnya mengambil uang jajan, bekal, atau benda-benda yang dimiliki korban. Bentuk *bullying* lain yang juga biasa dilakukan oleh remaja laki-laki adalah pelecehan seksual seperti panggilan tertentu yang berbau seksual, menyentuh bagian-bagian tertentu dari fisik korban dan perilaku lainnya.

C. SIAPA SAJA YANG TERLIBAT DALAM BULLYING?

Bullying terjadi melibatkan tiga pihak yaitu pelaku, korban, dan saksi.

1. Pelaku (*Bullies*)

Terdapat dua tipe dari pelaku *bullying* yaitu pelaku *bullying* agresif dan *bullying* pasif. Namun sebelum membicarakan tipenya kita perlu memahami perbedaan antara pelaku *bullying* agresif dan anak agresif karena seringnya berbagai perilaku agresif dianggap sebagai *bullying*. Perbedaan utama dari keduanya adalah bahwa anak agresif biasanya bertindak secara acak dan tidak secara khusus tertuju pada individu tertentu, sedangkan *bullying* menunjukkan kekuasaannya pada korban yang spesifik yang memiliki karakteristik yang provokatif, dan melakukannya secara berulang pada korban yang sama.

Pelaku menunjukkan karakteristik tertentu dan alasan mengapa mereka melakukan *bullying* pada korban. Terdapat beberapa hal yang mendorong pelaku melakukan tindakan *bullying*. *Pertama*, adanya keinginan untuk menunjukkan kekuatan, dominasi dan kontrol pada orang lain. Ketika pelaku melihat calon korban dengan karakteristik yang terlihat lebih lemah dan mudah untuk didominasi dan kontrol, maka pelaku mungkin akan terdorong untuk melakukan *bullying*. *Kedua*, pelaku memiliki keinginan untuk mendapatkan gengsi atau penghargaan secara sosial sebagai kompensasi dari ketidakmampuannya dalam pengaruh sosial. Pelaku dapat saja seorang yang populer di sekolah khususnya pada awal-awal tahun ajaran di TK dan SD. *Ketiga*, kondisi pengasuhan keluarga pelaku yang kurang adanya kehangatan dan kelekatan emosional dengan orangtua, tidak adanya batasan yang jelas tentang perilaku dan penggunaan perilaku agresif dan kecenderungan orangtua membiarkan pelaku untuk melakukan tindakan agresif pada temannya, saudaranya atau orang lain. *Terakhir*, adalah kombinasi dari ketiga hal



yang sudah dijelaskan di atas.

Pelaku *bullying* pasif digambarkan sebagai orang yang mencari kekuatan untuk dirinya sendiri, namun cenderung mengadopsi peran mereka mengikuti perilaku dari pelaku *bullying* agresif. Mereka menunjukkan tampilan sebagai anak yang terlihat sedih, memiliki masalah di rumah dan memiliki kesiapan untuk disalahkan tanpa implikasi seperti pelaku *bullying* agresif. Mereka terlihat kurang populer di teman sebaya jika dibandingkan dengan pelaku *bullying* agresif, namun kedekatan dengan pelaku akan membentuk klik yang membuat kelompok melawan ketidakpopuleran. Mereka memang tidak melakukan *bullying* secara langsung, namun mereka menduduki struktur sosial informal dalam kelas.

Profil dari pelaku *bullying* melibatkan pengaruh dari beberapa aspek di antaranya adalah pola pengasuhan dalam keluarga, konteks dan iklim sekolah serta konteks teman sebaya. Individu yang pernah mengalami *bullying* di masa lalu akan cenderung lebih mudah melakukan *bullying* pada orang lain, memiliki sikap negatif terhadap sekolah dan terlibat dalam perilaku yang tidak sehat seperti tembakau dan alkohol. *Bullying* fisik lebih sering terjadi pada laki-laki, sedangkan pada perempuan adalah *bullying* verbal atau relasional.

Menurut Olweus (dalam Beane, 2008) terdapat tiga tipe pelaku *bullying* yaitu pelaku agresif, pelaku pasif, dan pelaku korban. Pelaku agresif dijelaskan sebagai anak yang secara fisik kuat, impulsif, tidak memiliki rasa takut, koersif, percaya diri, dan kurang memiliki empati. Pelaku pasif cenderung terlihat tidak aman, dan kurang populer dibandingkan dengan pelaku agresif. Mereka memiliki harga diri yang rendah, memiliki sedikit kemampuan saja yang berkualitas, dan sering mengalami kehidupan di rumah yang tidak bahagia. Pelaku korban adalah persentase kecil dari pelaku *bullying*. Anak yang memiliki pengalaman *bullying* di sekolah dan di rumah. Mereka ini biasanya secara fisik lebih lemah dibandingkan dengan pelaku



bullying di sekolah, namun lebih kuat dibandingkan dengan korban yang mereka *bully*. Ada lagi yang menambah tipe pelaku *bullying* keempat yaitu pelaku murni. Mereka tampak sebagai individu yang sehat dan menikmati sekolah. Mereka menggunakan *bullying* untuk mendapatkan dominansi dan mereka menikmati *bullying* yang mereka lakukan.

Dilihat dari perspektif sekolah, anak yang menjadi pelaku *bullying* lebih sering dinominasikan sebagai anak yang bertanggung jawab dalam memulai perkelahian dan mengganggu orang lain (Whitney, Nabuzoka & Smith, 1992). Pelaku juga cenderung ditolak oleh teman-teman sebayanya (Boulton & Smith, 1994). Secara umum, pelaku kurang memiliki teman dan merasa kesepian di sekolah (Rigby, 1996). Pelaku juga menunjukkan ketidakpuasan yang sangat kuat dengan sekolah (Slee, 1995 dalam Ahmed, 2001) dan merasa tidak terlibat dengan komunitas sekolah (Ahmed, 2001).

2. Korban (*Bullied*)

Korban dapat dibagi menjadi dua yaitu korban yang pasif dan provokatif (Harris & Petrie, 2003). Korban yang pasif artinya bahwa ia menjadi korban *bullying* tanpa adanya provokasi atau justifikasi, sedangkan korban yang provokatif sebaliknya adalah korban *bullying* yang memang dengan sengaja mengganggu anak lain dan kemudian mengeluh bahwa mereka mendapatkan perilaku yang tidak baik dari anak lain.

Olweus (dalam Beane, 2008) membagi korban menjadi tiga yaitu korban pasif, korban provokatif, dan korban pelaku. Korban pasif merepresentasikan kelompok terbesar dari korban yang ada. Mereka tidak secara langsung memprovokasi *bullying*, secara tampilan lebih lemah dan tidak dapat mempertahankan diri mereka. Korban pasif juga hanya memiliki sedikit teman. Korban yang provokatif merupakan bagian terkecil dari kelompok korban. Mereka dapat saja menjadi agresif khususnya pada orang lain yang tampak lebih lemah dari mereka. Mereka biasanya



memiliki kemampuan mengatur marah yang buruk sehingga mereka hanya memiliki sedikit teman. Mereka sering bereaksi secara negatif pada konflik atau kehilangan sesuatu. Korban pelaku, seperti sudah pernah dibahas ketika membicarakan pelaku, adalah seseorang yang menjadi korban *bullying* namun suatu saat juga dapat menjadi pelaku, jika ia merasa memiliki korban yang lebih lemah darinya.

Korban dan pelaku memiliki beberapa karakteristik yang berbeda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa korban memiliki profil keluarga yang sama dengan pelaku (Komiyama, 1986; Rican Klicperova & Koucka, 1993; Schwart, Dodge, Rett & Bats, 1997). Anak yang menjadi korban *bullying* berasal dari keluarga yang menggunakan cara disiplin yang mengontrol dan mendominasi dengan level permusuhan dan penolakan yang tinggi. Selain itu, korban juga menunjukkan hubungan yang tidak aman dan kurang cocok dengan anggota keluarga yang lainnya (dalam Ahmed, 2001).

Penelitian lain menyebutkan bahwa anak-anak yang berisiko menjadi korban *bullying* adalah anak yang memiliki sedikit teman, khususnya teman yang dapat dipercayai atau seseorang yang tidak berasal dari status yang rendah dan juga anak yang secara sosiometris ditolak atau tidak disukai oleh teman yang lain (Hodges, Malone & Perry dalam Smith & Ananiadou, 2003).

Sejumlah penelitian menyebutkan bahwa korban adalah anak-anak yang tidak populer di sekolah. Sebagai konsekuensi, menjadi korban berhubungan dengan hanya memiliki sedikit teman dan kesepian di sekolah (Hodges, Malone & Perry, 1997 dalam Ahmed, 2001). Korban dilaporkan tidak bahagia di sekolah dan memiliki masalah dengan performansi sekolah (Juvonen, Nishina & Graham, 2000; Schwart, 2000 dalam Ahmed, 2001).

Anak-anak dengan kebutuhan khusus atau memiliki kondisi yang sulit (*disability*) juga menjadi subjek yang berisiko menjadi korban *bullying*. Menurut Smith dan Nobuzoka (1992) anak dengan kebutuhan khusus memiliki risiko 2-3 kali lebih banyak



menjadi korban *bullying* dibandingkan dengan anak normal. Karakteristik khusus yang dimiliki oleh anak yang berkebutuhan khusus seperti bahwa mereka biasanya kurang terintegrasi dengan baik secara sosial dan kurang mendapat perlindungan dari *bullying* yang biasanya didapatkan dari teman yang lain membuat mereka menjadi target empuk dari *bullying*.

Korban menunjukkan kepercayaan yang rendah bahwa guru di sekolah akan melakukan intervensi untuk menghentikan *bullying*. Kenyataannya, korban yakin bahwa sekolah bukanlah tempat yang aman bagi mereka. Lee (2004) mencoba untuk menjelaskan karakteristik anak yang membuat ia menjadi menarik untuk dijadikan korban *bullying*, yaitu:

- a. Memiliki masalah belajar.
- b. Memiliki kekurangan dalam hal fisik atau atribut-atribut lain yang berkaitan dengan fisik.
- c. Keterampilan sosial yang rendah atau kurang memiliki kapasitas untuk berteman.
- d. Memiliki masalah perilaku.
- e. Perpaduan dari karakteristik-karakteristik di atas.

Sebagai tambahan, korban biasanya memiliki perbedaan dengan norma sosial yang ada dan perbedaan itu diketahui oleh orang lain. Misalnya seorang anak menjadi korban karena ia memiliki warna rambut yang berbeda dengan teman-temannya yang lain, ia adalah anak yang kurang populer, ditolak oleh sosial, menjadi musuh bersama oleh anak-anak yang lain dan mendapat perlakuan *bullying* lebih dari satu inisiator *bullying*.

Lalu bagaimana kita mengetahui bahwa seseorang mengalami *bullying*? Terdapat tanda-tanda fisik, psikosomatis, perubahan perilaku sosial di sekolah atau di pekerjaan, perubahan emosi dan mengalami penurunan kesehatan pada korban *bullying*. Tanda-tanda fisik dapat terlihat melalui memar-memar yang tidak dapat dijelaskan penyebabnya, goresan atau luka-luka, pakaian atau barang-barang yang robek atau rusak. Korban juga

biasanya akan mulai menunjukkan gejala-gejala psikosomatis, yaitu keluhan fisik yang tidak ditemukan penyebabnya secara medis, seperti sakit kepala, sakit perut, sariawan atau rasa sakit yang tidak spesifik. Selain itu, korban *bullying* juga dapat mengalami penurunan daya tahan tubuh sehingga membuatnya lebih mudah terkena infeksi atau sakit.

Perubahan perilaku juga dapat ditampilkan oleh korban *bullying*. Perubahan perilaku dapat terkait dengan situasi di mana korban mengalami *bullying* seperti di sekolah atau di tempat kerja. Siswa yang menjadi korban dapat menunjukkan ketakutan untuk berangkat ke sekolah, takut bepergian dengan bus sekolah, minta diantar orangtua, tidak memiliki keinginan untuk sekolah atau bahkan menolak sama sekali untuk sekolah. Tidak hanya itu, dalam tugas-tugas terkait dengan sekolah, korban juga dapat mengalami masalah seperti kehilangan konsentrasi dalam belajar, tidak memiliki motivasi mengerjakan tugas-tugas sekolah dan prestasi akademik menurun. Korban juga dapat menunjukkan perilaku-perilaku yang mengkhawatirkan seperti mudah meledak, tidak memiliki selera makan atau sebaliknya selera makan yang berlebihan, memiliki kesulitan tidur dan mengalami mimpi buruk.

Perubahan emosi korban dapat terlihat pada perilaku menarik diri dari situasi sosial, terlihat kesepian, tertekan dan tidak bahagia. Kondisi perubahan emosi ini dalam jangka panjang juga dapat berubah menjadi depresi, munculnya pikiran-pikiran untuk bunuh diri dan bahkan kondisi terburuk adalah melakukan percobaan bunuh diri.

3. Saksi (*Bystander*)

Saksi adalah seseorang yang melihat ketika perilaku *bullying* terjadi. Mereka tidak secara langsung terlibat, namun mengetahui apa yang terjadi dan siapa yang terlibat dalam kejadian dan keterlibatan tidak langsung mereka memiliki kapasitas untuk memengaruhi kehidupan mereka sendiri dan dapat dikatakan

bahwa mereka terlibat secara emosional (Lee, 2004). Dalam hal ini, jika staf sekolah melihat kejadian *bullying* dan tidak mengindahkannya atau orangtua yang mengetahui bahwa anaknya menjadi pelaku *bullying*, namun tidak melakukan apa-apa maka mereka termasuk ke dalam saksi yang memiliki peran penting untuk mengubah keadaan.

Berdasarkan beberapa penelitian yang ada terdapat beberapa peran saksi saat *bullying* terjadi. Terdapat empat perbedaan peran saksi saat *bullying* terjadi, yaitu:

- a. Peran membantu pelaku
Seseorang yang terlibat dan membantu pelaku.
- b. Peran penguat
Seseorang yang berperan tidak secara aktif menyerang korban, namun memberikan umpan balik positif terhadap perilaku *bullying* yang dilakukan pelaku dengan bentuk ikut tertawa atau membuat gerak tubuh yang mendukung *bullying*.
- c. Peran sebagai orang luar
Seseorang yang berposisi sebagai orang luar, tidak mau memihak salah satu baik korban maupun pelaku atau tidak mau terlibat, namun membiarkan *bullying* terjadi dengan tindakan diamnya.
- d. Peran bertahan
Seseorang yang mengambil posisi membantu korban yang mengalami *bullying*.

Terdapat banyak pendapat tentang peran dari saksi selama perilaku *bullying* berlangsung. Beane (2008) menambahkan tipe saksi menjadi lima kategori yaitu:

- a. Saksi korban
Saksi ini diidentifikasi dengan korban dan takut mereka akan menjadi korban *bullying* berikutnya jika mereka tidak mendukung perilaku *bullying* yang terjadi. Rasa takut yang dirasakan oleh saksi ini cukup beralasan karena mereka



dapat dengan mudah menjadi target korban berikutnya. Mereka biasanya menjadi kaku dalam ketakutannya dan tidak melakukan apapun. Terkadang mereka juga ikut terlibat dalam perilaku *bullying* dan menjadi pengikut.

b. Saksi Menghindar

Saksi ini menyaksikan *bullying* dan tidak melakukan apa pun tentang itu. Mereka tidak melakukan apa pun karena mereka merasa tidak ada yang dapat mereka lakukan atau tidak tahu apa yang akan dilakukan.

c. Saksi ambivalen

Saksi ini mengalami kebingungan dengan apa yang akan mereka lakukan pada pelaku atau korban. Mereka selalu berusaha untuk mencari tahu peran apa yang harus ia mainkan dalam dinamika kekuasaan pelaku.

d. Saksi yang membantu

Saksi ini akan ikut terlibat dan membantu korban. Beberapa saksi yang melakukan ini karena mereka memiliki keyakinan diri dan kekuatan dan sebagian lagi sudah diajarkan bagaimana cara membantu korban.

e. Saksi pelaku

Saksi ini membiarkan perilaku *bullying* terjadi dan bahkan ikut terlibat dalam *bullying* yang terjadi. Mereka bukanlah seseorang yang memulai *bullying*, namun akan cepat ikut terlibat begitu *bullying* itu terjadi.

Saksi juga memiliki berbagai alasan ketika mereka memilih tidak terlibat walaupun mereka mengetahui *bullying* dan siapa saja yang terlibat dalam kejadian tersebut. Beberapa bentuk alasan yang dikemukakan oleh saksi yang tidak mau terlibat dalam *bullying*. *Pertama*, saksi yang tidak peduli dengan *bullying* yang terjadi, menolak membantu atau terlibat dengan korban. Saksi jenis ini cenderung menyalahkan korban atas apa yang terjadi. *Kedua*, saksi yang merasa diri netral, seolah-olah tampil adil dan tidak

mau menilai, walaupun jelas terdapat seseorang yang berkuasa dan seorang lain yang tidak berdaya. *Ketiga*, saksi yang memiliki ketakutan untuk berkonfrontasi dengan *bullying* sehingga membiarkannya tetap terjadi. *Keempat*, saksi yang merasa bahwa masalah *bullying* terlalu kompleks karena mungkin melibatkan beberapa orang, dan memutuskan untuk menunggu agar masalah menjadi lebih sederhana. Namun kondisi ini justru membiarkan *bullying* terus terjadi. *Kelima*, saksi yang juga pernah mengalami *bullying* sebelumnya sehingga pengalaman buruk tersebut membuatnya tidak berani untuk melakukan sesuatu untuk menghentikan *bullying* yang terjadi. *Keenam*, saksi tidak ikut terlibat dalam kejadian *bullying* karena mereka berpikir bahwa mereka tidak akan memberikan dampak apa pun. Sering kali saksi dalam hal ini menunjukkan rasa bersalah atau menampakkkan ketidakberdayaan terkait dengan situasi *bullying*.

Melihat kejadian *bullying* sebenarnya juga memiliki dampak pada saksi. Seorang anak yang menjadi saksi ketika anak lain di *bully* secara terus-menerus akan mengalami konflik emosi antara marah, sedih, takut dan merasa berbeda. Saksi juga mengembangkan rasa bersalah karena ia tidak dapat membantu korban dan juga rasa takut bahwa ia akan mendapatkan perlakuan yang sama dari pelaku.

Penelitian yang ada menunjukkan fakta menarik bahwa ternyata korban dan saksi menunjukkan reaksi fisiologis yang sama. Pada kenyataannya, baik korban maupun saksi merasakan kontak dengan kekerasan dalam periode waktu tertentu akan mulai menekan perasaan empatinya pada orang lain, sebagai respons untuk mengurangi perilaku negatif mereka di sekolah. Sebenarnya saksi yang tidak tahu apa yang harus ia lakukan akan merasakan ketakutan akan serangan pelaku dan takut apa yang mereka lakukan salah yang akan membuat masalah menjadi lebih banyak (Harris & Petrie, 2003). Selain itu, hasil dari *bullying* memiliki efek pada sikap saksi yang menyaksikan *bullying* terjadi, namun tidak secara langsung

mereka. Anak-anak yang menjadi saksi *bullying* terjadi sering mengakui bahwa mereka dapat membayangkan diri mereka juga mendapatkan perlakuan *bullying* dari siswa yang lain khususnya oleh seseorang yang tidak mereka sukai. Pada saat yang sama, kebanyakan saksi melakukan penolakan untuk membantu siswa lain yang menjadi korban *bullying*.

D. BAGAIMANA PERILAKU *BULLYING* DAPAT DIKETAHUI?

Dalam kasus-kasus yang terjadi, *bullying* sulit untuk didektesi karena biasanya terjadi di luar perhatian dari orangtua ataupun guru di sekolah. *Bullying* baru diketahui jika korban melaporkan perilaku *bullying* yang diterimanya atau jika *bullying* tersebut sudah menimbulkan kerusakan pada korban seperti luka fisik yang dapat terlihat. Kondisi ini membuat *bullying* menjadi dapat berlangsung lama dan memberikan dampak yang sangat berat pada korban.

Tingkat keparahan akibat dari *bullying* salah satunya juga dipengaruhi oleh kepekaan orangtua terhadap perubahan yang terjadi pada anak. Smith and Ananiadou (2003) menjelaskan bahwa cukup sulit untuk mendapatkan data tentang *bullying*, namun beberapa metode di bawah ini dapat digunakan untuk menggali informasi tentang *bullying*, yaitu:

1. Laporan guru dan orangtua

Bullying dapat diketahui dengan melakukan wawancara dengan guru di sekolah tentang kondisi anak di sekolah, pergaulannya dengan teman-teman, dan pengamatan guru tentang kemungkinan terjadinya *bullying* pada anak.

3. Informasi dari orangtua berkaitan dengan perubahan-perubahan yang terjadi pada anak yang dapat menjadi tanda-tanda anak mengalami *bullying* di sekolah.

3. Informasi dari siswa tentang apakah mereka mengalami *bullying* atau menjadi bagian dari pelaku *bullying* pada siswa lain (selama periode waktu tertentu). Cara ini

biasanya dilakukan dengan menggunakan kuesioner tanpa nama.

4. Nominasi teman sebaya, dengan menanyakan pada teman-teman sekelas tentang siapa yang melakukan *bullying* atau menjadi korban. Cara ini biasanya menjadi cara yang paling meyakinkan untuk mendapatkan informasi tentang *bullying*.
5. Observasi perilaku langsung, misalnya saat berada di waktu istirahat di sekitar sekolah. Observasi juga dapat dilakukan dengan menggunakan kamera plus mikrofon. Metode ini memang memiliki validitas yang tinggi, namun butuh waktu untuk menganalisisnya.

Kepekaan orangtua menjadi salah satu hal yang dapat mencegah dampak lebih jauh pada anak yang menjadi korban *bullying*. Beberapa hal yang harus diperhatikan oleh orangtua terkait dengan perubahan yang terjadi pada anak yang menjadi korban *bullying* (Lee, 2004), yaitu:

1. Anak menjadi lebih pendiam padahal biasanya banyak bicara.
2. Anak mengalami kesulitan untuk tidur.
3. Menolak untuk datang ke sekolah.
4. Mengalami mimpi-mimpi buruk,
5. Berbagai bentuk reaksi fisik dari kondisi emosi yang dirasakan misalnya: sakit perut, sakit kepala, dan reaksi fisik lainnya.
6. Terdapat perubahan radikal dalam perilaku, misalnya anak yang ceria menjadi pendiam.
7. Saat situasi menjadi lebih buruk/serius dan anak melaporkan masalah dengan guru.
8. Mengucapkan komentar-komentar yang tidak biasa.
9. Jika orangtua sudah mendeteksi adanya gejala-gejala atas, maka sebaiknya segera bertindak dengan permasalahan yang terjadi pada anak dan

pulkan informasi dari sekolah dan teman-teman sebaya lainnya.

Jika di atas sudah dijelaskan gejala-gejala atau perubahan yang terjadi pada korban, secara umum, orang tua dan guru juga dapat mengidentifikasi gejala-gejala *bullying* dalam empat area, yaitu:

1. Ketidakhadiran di sekolah
Menjadi tidak ingin lagi sekolah atau tiba-tiba mengembangkan rasa sakit agar tidak sekolah.
2. Masalah dengan saat pergi dan pulang sekolah
Merasa takut berjalan ke sekolah, mengubah rute perjalanan ke sekolah, merusak/mengganti baju atau perlengkapan sekolah. Pulang sekolah dalam keadaan kelaparan karena pelaku sudah mengambil uang sakunya yang biasanya digunakan untuk membeli makanan.
3. Memiliki masalah di sekolah
Menjadi *underachiever* dan terlibat dalam perilaku-perilaku agresif.
4. Perubahan dalam perilaku atau kebiasaan
Menjadi lebih agresif pada anggota keluarga yang lain atau menarik diri, merasakan stres, cemas, kehilangan kepercayaan diri yang akan menyebabkan masalah yang lebih serius yaitu tidak mau makan, mulai mengembangkan ide untuk bunuh diri, menangis atau bermimpi buruk di malam hari atau mulai mencuri barang-barang.

E. FAKTOR-FAKTOR YANG MEMENGARUHI TERJADINYA BULLYING

Penting untuk memahami alasan mengapa seseorang dapat melakukan *bullying* pada orang lain dan mengapa seseorang justru menjadi korban perilaku agresif yang dilakukan oleh pelaku. Hal ini dapat membantu kita untuk mencari intervensi yang



tepat untuk mengatasi *bullying* dari berbagai sumber penyebab yang ada. Pelaku dan korban mungkin saja produk dari masyarakat yang merupakan cerminan dari kualitas keluarga, sekolah dan komunitas. Faktor-faktor yang memengaruhi *bullying* dapat dilihat dari dua faktor yaitu faktor fisik dan faktor sosial.

1. Faktor Fisik

Faktor fisik dapat dikaitkan dengan tampilan fisik korban, kepribadian, temperamen, dan faktor biologis. Tampilan fisik seseorang memengaruhi terhadap perlakuan yang diterima seseorang dari lingkungan sosialnya. Penelitian yang telah dilakukan mengindikasikan bahwa tampilan fisik memberikan pengaruh terhadap perlakuan yang diterima oleh seseorang dari lingkungan sosial. Misalnya seorang anak yang cantik biasanya akan mendapatkan perbedaan perlakuan dibandingkan dengan anak yang memiliki wajah yang jelek. Asumsinya, jika manusia memiliki kecenderungan untuk menyukai seseorang yang menarik, maka manusia juga akan memperlakukan seseorang yang tidak menarik dengan cara yang kurang baik. Beane (2008) menyebut ini dengan istilah *lookisme*.

Dalam situasi nyata, seseorang dengan wajah menarik mungkin akan mendapatkan perlakuan lebih baik dibandingkan dengan seseorang yang berwajah biasa saja atau cenderung jelek. Seperti dikutip dari artikel Kompas.com, tanggal 21 Februari 2020 tentang seorang anak berusia 9 tahun di Australia yang ingin bunuh diri karena sering mengalami *bullying* dari teman-teman di sekolahnya karena ia memiliki kekurangan fisik yaitu kelainan *dwarfism* (cebol). Anak ini tidak tahan lagi dan berteriak pada ibunya akan bunuh diri karena setiap hari diejek oleh teman-temannya di sekolah karena fisiknya yang berbeda.

Persepsi seseorang tentang deskripsi individu yang menarik seperti misalnya mata yang lebar, hidung mancung atau kulit yang putih akan memengaruhi kecenderungannya untuk memperlakukan orang lain. Dalam hal ini ras dan latar belakang bu-



daya akan membuat seseorang berperilaku berbeda terhadap orang yang berlatar belakang berbeda. Orang-orang yang berkulit hitam mungkin saja mendapatkan perlakuan berbeda dengan kulit putih karena persepsi yang melekat adalah kulit putih lebih baik daripada kulit hitam. Salah satu kasus *bullying* yang terjadi terkait dengan ras di antaranya dialami oleh seorang siswa berkulit hitam di Inggris. Dikutip dari Kompas.com tanggal 5 Juni 2020, dua orang remaja berkulit putih menyuruh seorang remaja kulit hitam untuk mencium sepatunya disertai dengan ejekan dan ancaman. Beragamnya suku di Indonesia juga dapat memunculkan stereotip tertentu pada suatu suku. Misalnya, orang yang berasal dari suku Jawa dikenal sebagai orang yang kurang asertif dalam menyatakan apa yang ia rasakan, jika dibandingkan dengan orang yang berasal dari suku Bugis Makasar, atau stereotip lain yang mungkin berkembang. Adanya persepsi negatif pada suku tertentu memiliki potensi untuk munculnya *bullying*.

2. Faktor Biologis

Beberapa ahli beranggapan bahwa perilaku agresif dipengaruhi oleh faktor biologis yang ada dalam diri individu. Misalnya, level testosteron yang tinggi akan memicu perilaku agresif pada laki-laki yang digunakan untuk melukai orang lain dan juga menjadi perilaku antisosial. Pada penelitian yang dilakukan pada pelaku *bullying* di taman kanak-kanak ditemukan bahwa level hormon testosteronnya tinggi. Selain itu penelitian yang dilakukan di University of Michigan oleh Michelle Wirth dan Oliver Schultheiss menjelaskan bahwa otak manusia memiliki mekanisme yang terpasang yang dapat mendeteksi dan merespons emosi yang ditunjukkan oleh wajah orang lain. Pada penelitian ini, partisipan penelitian yang memiliki level testosteron yang tinggi terlihat menikmati dan merasa puas dengan wajah terganggu atau wajah marah yang ditunjukkan oleh orang lain karena mendapatkan perlakuan yang tidak sesuai. Hal ini terjadi



pada tingkat ketidaksadaran sehingga pelaku *bullying* akan merasa mendapatkan penguatan dari perilaku tidak baiknya pada orang lain.

3. Temperamen

Temperamen adalah perpaduan dari elemen atau kualitas yang membentuk kepribadian seseorang. Ia akan secara permanen memengaruhi perilaku, perasaan dan cara berpikir seseorang. Temperamen yang buruk memiliki kontribusi yang signifikan terhadap perilaku *bullying*. Anak yang memiliki temperamen yang panas akan cenderung berperilaku lebih impulsif dan agresif jika dibandingkan dengan anak yang temperamen tenang. Pelaku *bullying* digambarkan sebagai seseorang yang memiliki temperamen panas dan berasal dari latar belakang keluarga yang memiliki risiko besar membuat mereka menjadi pelaku (Smith & Ananiadou, 2003).

4. Faktor Sosial

Manusia adalah makhluk sosial yang tidak dapat terlepas dari kehadiran orang lain. Bagi anak, keluarga adalah lingkungan sosial paling dekat dan paling awal yang memberikan pengaruh pada pembentukan perilakunya. Pengaruh berikutnya dapat datang dari teman sebaya dan media. Lingkungan sosial ini akan membentuk kecenderungan, nilai-nilai dan norma yang dipelajari anak.

a. Kekerasan, Agresi dan Konflik yang Ditampilkan oleh Media

Media memiliki peran penting dalam membentuk perilaku anak. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa anak yang menonton banyak adegan kekerasan di televisi, video, *video games* dan film sering berperilaku lebih agresif dan kurang empati pada orang lain. Kesepakatan antara para peneliti menyatakan bahwa perilaku agresif individu akan meningkat 3-15% setelah



menonton adegan kekerasan di televisi.

Di Indonesia sendiri, tayangan televisi seperti sinetron, banyak yang menampilkan adegan-adegan kekerasan atau bahkan perilaku *bullying* itu sendiri dengan durasi yang cukup lama. Kondisi ini jika ditonton anak akan membuat anak juga meniru adegan-adegan yang mereka lihat.

Berbagai *video game* mendorong anak untuk secara aktif terlibat dalam perilaku kekerasan. Belakangan ini *video game* yang memprovokasi anak berperilaku kekerasan semakin meningkat jumlahnya. Frekuensi dan durasi anak bermain *video games* dapat berdampak pada perilaku anak pada situasi nyata.

Penelitian yang dilakukan tentang hubungan antara *video games* kekerasan dengan agresi fisik mengidentifikasi adanya hubungan antara kontrol impuls yang belum berkembang sempurna dan *video games* kekerasan. Menurut Walsh (2014), pusat kontrol impuls yang terdapat pada otak yang merupakan bagian yang membuat kita mampu berpikir lebih jauh, mempertimbangkan konsekuensi dan mengatur argumen-argumen— yang merupakan bagian dari otak kanan di belakang kepala depan yang disebut *prefrontal cortex*. Bagian ini sedang dalam tahapan pembangunan selama masa remaja, dan belum tersusun dengan lengkap sampai seseorang mencapai usia dua puluh tahun. Perkembangan kontrol impuls dapat lebih jauh pada orang-orang yang memiliki faktor risiko tambahan pada perilaku kriminal. Memang tidak semua anak yang bermain *game* kekerasan akan menjadi berperilaku agresif karena ada faktor lain yang ikut memengaruhinya, namun faktor risiko tetap saja mengintai anak yang bermain *video games* kekerasan.

b. Prasangka

Prasangka adalah sikap kita pada situasi tertentu, pada kelompok orang tertentu, sikap yang kita adopsi dengan pertimbangan tentang situasi atau kelompok. Orang yang berprasangka akan membuat penilaian pada orang lain dengan keya-



kinan yang tidak jelas dan juga rasa takut. Perbedaan yang ada pada manusia seperti penampilan fisik, perilaku atau bahasa dapat memunculkan pikiran prasangka.

Anak yang memiliki prasangka, akan membuatnya tidak menyukai anak lain yang berkulit hitam, berbadan gendut, bermata sipit dan atribut-atribut lain yang berbeda. Kondisi ini dapat memicunya melakukan *bullying* pada anak yang lain karena ia sudah membentuk prasangka tanpa mengetahui fakta yang sebenarnya seperti apa.

Berbagai kondisi lain seperti agama, sosial ekonomi, dan pendidikan dapat membuat seseorang menjadi target dari *bullying*. Anak-anak yang berasal dari keluarga miskin sering menjadi target *bullying* di samping ia sendiri sudah mengalami diskriminasi dan penghinaan terhadap kondisi kemiskinan yang dirasakannya. Para pemeluk agama Islam, setelah kejadian tragedi WTC pada tahun 2011, juga mendapatkan perlakuan diskriminasi dan *bullying* dari berbagai pemeluk agama lain karena adanya prasangka negatif yang terbentuk setelah kejadian tersebut.

Sebagai tambahan lagi, persepsi juga dapat memengaruhi intense untuk melakukan *bullying*. Seperti dijelaskan oleh Amalia (2010) semakin positif persepsi seseorang tentang perilaku *bullying*, maka akan semakin tinggi intensi atau kecenderungannya untuk melakukan *bullying* pada orang lain.

c. Kecemburuan

Bentuk *bullying* pada anak laki-laki dan perempuan sedikit berbeda. Anak laki-laki biasanya melakukan *bullying* fisik, sedangkan anak perempuan lebih cenderung melakukan *bullying* verbal dan sosial. Begitu juga dalam alasan melakukan *bullying* pada anak lain. Pendorong yang sangat kuat dari perilaku *bullying* adalah kecemburuan. Anak perempuan yang atraktif dan banyak menarik perhatian anak laki-laki yang lain akan dapat membuat anak-anak perempuan yang lain menjadi cemburu.



Kelompok anak perempuan yang merasakan kecemburuan ini dapat melakukan perilaku *bullying* pada anak perempuan yang populer tersebut. Anak-anak juga cenderung menyerang anak lain yang dianggap mendapatkan sesuatu yang lebih dari rata-rata misalnya terlalu menarik, terlalu kaya, terlalu pintar, terlalu populer, dan lain sebagainya.

d. Kurangnya Sensitifitas dan Kebutuhan untuk Diperhatikan

Secara alami, anak mengembangkan egosentrisme dalam tahap perkembangannya. Terkadang anak juga kurang belajar untuk melihat perbedaan yang ada antara dirinya dan orang lain sehingga ia cenderung menjadi kurang toleran terhadap perbedaan. Berpusat pada diri sendiri juga membuat anak menjadi kurang peka terhadap efek dari perilakunya terhadap orang lain. Begitu halnya dengan pelaku *bullying*, ia mengalami kesulitan atau tidak menyadari bagaimana perilakunya dapat menyakiti orang lain. Mereka hanya terfokus pada kebutuhan akan kekuasaan dan hiburan mereka sendiri.

Terkadang anak melakukan *bullying* karena mereka ingin menjadi pusat perhatian dari orang lain yang tak jarang membuat mereka melakukan *bullying* hanya karena ingin membuat bahan tertawaan. Tanpa mereka sadari bahwa perilaku mereka sudah menimbulkan rasa sakit dan dampak psikologis yang lebih jauh pada korban.

e. Balas Dendam

Bullying dapat saja menjadi sarana untuk balas dendam. Seseorang yang pernah mendapatkan perlakuan yang tidak menyenangkan suatu saat dapat berperilaku sama pada orang lain untuk melampiaskan rasa marah yang dia rasakan sebelumnya. Ia mungkin berpikir dengan menyakiti orang lain akan membuat ia merasa lebih baik dengan rasa sakit yang pernah ia lakukan sebelumnya.

Dalam bentuk *bullying* yang menggunakan teknologi in-



formasi atau yang disebut dengan *cyberbullying*, terkadang korban dapat berbalik menjadi pelaku karena keinginan untuk membalas dendam atas perlakuan buruk yang mereka terima. Media jejaring sosial yang memungkinkan mereka untuk menyembunyikan identitasnya, membuat korban *bullying* menjadi pelaku *bullying*.

f. Lingkungan Keluarga yang Buruk

Keluarga adalah lingkungan utama bagi anak tumbuh dan berkembang dan orangtua adalah model utama bagi mereka untuk ditiru. Jika orangtua mengekspresikan marahnya secara fisik maka akan juga cenderung menghasilkan anak yang mengekspresikan marahnya secara fisik.

Penelitian menemukan bahwa orangtua dari pelaku *bullying* kurang memiliki keterlibatan dan kehangatan (Olweus, dalam Barbosa *et al.*, 2008). Lebih jauh lagi, terdapat bukti yang menunjukkan bahwa pelaku *bullying* cenderung memiliki orangtua yang otoriter yang biasanya menggunakan model kekuasaan atau teknik yang agresif dalam menerapkan disiplin dan hukuman-hukuman fisik (dalam Beane, 2008). Selain itu, pola pengasuhan yang salah dalam keluarga termasuk dalam hal fisik, pelecehan seksual dan emosional, berhubungan dengan perilaku *bullying* dan viktimisasi pada remaja (Shields & Cicchetti, 2001 dalam Barbosa *et al.*, 2008). Sebagai tambahan lagi, dari pengaruh pengasuhan terdapat bukti bahwa perilaku *bullying* di sekolah berhubungan dengan menjadi pelaku atau korban *bullying* dalam hubungan persaudaraan (Wolke & Sahara, 2004 dalam Barbosa, *et al.*, 2008).

g. Lingkungan Sekolah yang Buruk

Berkaitan dengan konteks dan iklim sekolah, sedikit informasi yang didapatkan berkaitan dengan faktor kontekstual/lingkungan yang dapat menjadi penyebab remaja melakukan *bullying* pada orang lain. Beberapa penelitian menyebutkan bah-

wa efek dari hal-hal yang berhubungan dengan sekolah seperti ukuran sekolah, ukuran kelas dan kompetisi yang terjadi di sekolah membuat perilaku *bullying* terjadi.

Stephenson & Smith dan Elliot (dalam Beane, 2008) menjelaskan sejumlah faktor di lingkungan sekolah yang dapat memberikan kontribusi terhadap *bullying*, yaitu:

- 1) Moral staf sekolah yang rendah.
- 2) Pergantian guru yang tinggi.
- 3) Standar perilaku yang tidak jelas.
- 4) Ketidakkonsistenan dalam metode disiplin.

Aturan sekolah yang sudah ditetapkan berikut sanksi pelanggaran jika tidak dilaksanakan secara konsisten akan membuat anak mengalami kebingungan tentang aturan yang ada dan mungkin malah berperilaku melanggar aturan karena berpikir aturan tidak konsisten pelaksanaannya.

- 1) Organisasi yang buruk (di kelas, di lapangan bermain, dan tempat lainnya).
- 2) Supervisi yang tidak adekuat (di halaman sekolah, lapangan, toilet, dan kafe).

Bullying dapat terjadi di tempat-tempat yang kurang mendapatkan supervisi dari sekolah seperti di halaman sekolah, lapangan, toilet, dan kafe.

- 3) Anak tidak diperlakukan sebagai individu yang bernilai. Pelecehan atau penghinaan, tidak dihargai sebagai individu oleh pihak-pihak yang ada di sekolah dapat membuat harga diri anak menjadi rendah yang kemudian dapat memicunya menjadi pelaku atau malah menjadi korban.
- 4) Tidak memiliki peralatan yang lengkap (ruang kelas, laboratorium, ruang senam).
- 5) Kurangnya dukungan pada anak-anak baru.

Anak-anak baru di sekolah cukup rentan mengalami *bullying* dari siswa-siswa yang sudah ada. Adanya panduan dari pihak sekolah dan juga bimbingan dapat membantu siswa baru

untuk menyesuaikan diri dengan cepat dengan sekolah.

- 6) Guru sering terlambat.
- 7) Personel sekolah meninggalkan kelas selama waktu pelajaran berlangsung.

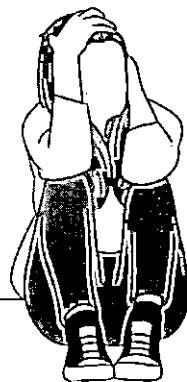
Salah satu waktu di mana *bullying* terjadi adalah di ruang kelas saat guru tidak ada. Kurangnya pengawasan di ruang kelas oleh guru memungkinkan *bullying* terjadi di kelas.

- 8) Tidak toleransi terhadap perbedaan.
Suasana yang kaku, kurang dapat menerima perbedaan dan keunikan yang ada pada setiap siswa dapat memicu munculnya pelecehan atau penindasan pada salah satu siswa yang berbeda diri yang lainnya dalam hal fisik, agama, ras dan budaya.
- 9) Guru sering menunjuk-nunjuk dan berteriak pada siswa.
Guru adalah model yang diperhatikan oleh anak di sekolah, sehingga jika guru menunjukkan perilaku yang negatif, maka siswa juga akan meniru apa yang dilakukan oleh guru.
- 10) Membiarkan grafiti yang menyakiti orang tertentu di pasang di sekolah.
- 11) Kurang mendukung siswa untuk bercerita pada orang lain.
- 12) Tidak memiliki kebijakan anti *bullying*.
- 13) Tidak ada prosedur yang jelas untuk melaporkan dan menangani kejadian *bullying*.
- 14) *Bullying* diabaikan oleh pihak sekolah.
Pengabaian dari pihak sekolah terhadap *bullying* akan membuat *bullying* terus terjadi.
- 15) Ruang ganti yang terlalu penuh.
- 16) Kurangnya dukungan pada siswa yang memiliki kebutuhan khusus.
Siswa yang memiliki kebutuhan khusus rentan mengalami *bullying* dari siswa yang lain sehingga ia perlu mendapatkan dukungan khusus dari pihak sekolah.
- 17) Personel sekolah sering menggunakan kata-kata yang kasar (sarkasme).



- 18) Personel sekolah mempermalukan siswa di depan teman sebayanya yang lain.
- 19) Tidak ada tempat untuk aktivitas yang membutuhkan ketenangan.

Kualitas supervisi dan iklim sosial di sekolah menjadi hal yang penting dalam kaitannya dengan munculnya perilaku *bullying*. *Bullying* biasanya terjadi jika supervisi sekolah kurang maksimal atau tidak ada orang dewasa yang melakukan pengawasan di sekolah. *Bullying* dapat saja terjadi di tempat-tempat yang kurang diawasi oleh pihak sekolah seperti toilet, halaman sekolah, cafe, dan tempat-tempat lain di sekolah.



II

Bullying di Dunia Pendidikan

Bullying dapat terjadi di berbagai tingkatan sekolah mulai dari pra sekolah sampai dengan perguruan tinggi. Pada masing-masing tingkatan terdapat perbedaan tingkat perilaku *bullying* dan juga mungkin bentuknya. Dalam hal ini tahapan perkembangan kognitif dan sosial turut memengaruhi bentuk perilaku *bullying* yang terjadi.

Beberapa kasus *bullying* yang terjadi di sekolah, lebih sering diketahui oleh pihak sekolah ketika kasus tersebut dilaporkan atau sudah menyebabkan dampak tertentu pada korban. Pihak sekolah terkadang kurang waspada bahwa sebenarnya beberapa lokasi di sekolah dapat menjadi tempat terjadinya *bullying*.

Kapan dan di mana *bullying* di sekolah dapat terjadi? Laporan penelitian yang dilakukan Harris dan Petrie (2003) menunjukkan bahwa *bullying* biasanya terjadi pada saat jam istirahat, di toilet, dan di ruang kelas. Selain itu *bullying* itu juga dapat terjadi dalam perjalanan pulang dari sekolah, perjalanan berangkat ke sekolah dan pada saat tamasya sekolah.

Penelitian yang dilakukan oleh Yoselisa, Daharnis, dan Aulia (2011) pada subjek siswa sekolah menengah atas mendapatkan beberapa lokasi di mana *bullying* terjadi di sekolah yaitu:

TABEL 1. Tempat Terjadinya *Bullying* di Sekolah

No	Tempat <i>Bullying</i> terjadi	Persentase
1.	Di tempat bermain atau lapangan	24,2 %
2.	Di tempat menunggu angkutan umum pergi/pulang sekolah	8,1 %
3.	Di koridor sekolah	6,5 %
4.	Di jalan menuju sekolah	-
5.	Di dalam kelas (ketika guru tidak ada)	45,1 %
6.	Di kantin sekolah	16,1 %
7.	Di dalam kelas (ketika ada guru)	-
8.	Di beberapa tempat di sekolah	-
9.	Di toilet sekolah	-

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa *bullying* terjadi paling banyak di ruang kelas pada saat guru tidak ada (45,1%, saat berada di lapangan sekolah (24,2%) dan di kantin sekolah (16,1%). Persentase yang kecil namun tetap menunjukkan insiden terjadi yaitu di tempat menunggu angkutan umum/pulang sekolah (8,1%) dan di koridor sekolah (6,5%). Jika dilihat dari data ini, maka dapat disimpulkan bahwa *bullying* lebih sering terjadi di sekolah namun berada tempat-tempat yang luput dari pantauan atau pada saat tidak adanya pengawasan dari guru atau pihak sekolah.

Hasil temuan di atas juga dikuatkan oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Husna, Rinaldi dan Aulia (2011) bahwa baik korban maupun pelaku mengaku bahwa pengalaman atau tindakan *bullying* lebih sering terjadi di dalam kelas ketika tidak ada guru, di jalanan, dan di koridor sekolah. Pelaku biasanya adalah teman sekelas dan kakak kelas, sedangkan korban adalah teman sekelas dan adik kelas, di samping itu siswa yang menjadi korban *bullying* menurut pelaku adalah siswa yang kurang mampu secara ekonomi, yaitu 43%.

Jika pihak sekolah sudah mengetahui di mana tempat-tempat *bullying* biasanya terjadi, maka upaya pencegahan *bullying*

dapat dilakukan dengan melakukan pengawasan dan supervisi pada tempat-tempat tersebut.

A. *BULLYING* DI TINGKAT TAMAN KANAK-KANAK DAN SEKOLAH DASAR

Contoh Kasus:

Seorang anak laki-laki di taman kanak-kanak menangis-nangis dan menolak untuk datang ke sekolah. Saat ditanya oleh ibunya, si anak menceritakan kalau ia pernah didorong oleh kakak kelasnya sampai terjatuh dan tangannya berdarah. Hal ini tidak diketahui guru karena terjadi saat waktu istirahat berlangsung, dan di luar pantau guru. Perilaku ini ternyata tidak hanya terjadi sekali, namun sudah berulang kali. Terakhir si anak tidak mau lagi datang ke sekolah karena takut akan mendapatkan perlakuan yang sama.

Pendidikan ternyata tidak bebas dari *bullying* bahkan mulai dari tingkat paling rendah yaitu taman kanak-kanak. Hal ini juga kemudian menjawab pertanyaan, kapan sebenarnya perilaku *bullying* dimulai? Jawabannya jelas adalah sejak Taman Kanak-kanak. Pada kasus itu, *bullying* dapat diketahui karena si anak melaporkan kejadian yang dialami pada orang tuanya sehingga kasus tersebut dapat ditindaklanjuti oleh sekolah. Pada kejadian-kejadian *bullying* yang lain, luput dari perhatian sekolah, dan juga di luar pengetahuan orangtua.

Secara umum, pada tingkat prasekolah dan sekolah dasar, perilaku *bullying* sudah mulai muncul dan faktanya sejumlah anak sudah menjadi korban dan yang lain terlibat sebagai pelakunya. Bentuk perilaku *bullying* pada usia ini mulai dengan mengejek tampilan tertentu seperti kulit hitam, bertubuh gendut, bibir dower, hidung pesek dan atribut fisik lainnya sampai dengan *bullying* secara fisik seperti menjegal, menendang, memukul. Korban biasanya adalah anak yang pasif, tidak aman, pencemas, agresif, kurang matang dan impulsif seperti anak-anak yang berkebutuhan khusus.



Kebanyakan anak pada usia sekolah dasar mendapatkan perilaku *bullying* dalam bentuk dipanggil dengan julukan tertentu, dipukul, dikucilkan, diancam, dicuri barang-barangnya, atau ditinggalkan dalam aktivitas-aktivitas yang dilakukan (*bullying* relasional). *Bullying* biasanya terjadi di halaman sekolah dan di ruang kelas (Harris dan Petrie, 2003).

Penelitian yang ada menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara anak yang agresif pada umur 8 tahun dan perilaku agresif pada usia dewasa *di atas* tiga puluh tahun. Dalam penelitian yang lain juga menguatkan dugaan ini bahwa anak yang agresif di sekolah dasar akan cenderung menjadi berperilaku agresif juga pada saat di sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas (dalam Swearer, 2009).

Cara anak merespons perilaku *bullying* yang diterimanya berbeda-beda mengikuti tahap perkembangan kognitif dan sosialnya. Pada anak-anak pra sekolah dan sekolah dasar, mereka masih kesulitan untuk mendeskripsikan emosinya sehingga beberapa respons yang mereka tunjukkan menurut Pynoos dan Nader (dalam Harris dan Petrie, 2003) adalah:

1. Merasa tidak berdaya.
2. Merasakan takut.
3. Bingung.
4. Kesulitan untuk mengidentifikasi apa yang mengganggu mereka.
5. Ketidakmampuan untuk menjelaskan pengalamannya.
6. Menunjukkan gejala-gejala regresi seperti mulai menghisap jari lagi dan mengompol.
7. Menunjukkan ketergantungan dan tidak mau lepas dari orangtua atau figur orang dewasa lainnya.

Pada anak-anak usia kelas 3-5 sekolah dasar cenderung merespons kekerasan yang mereka terima dalam bentuk berikut ini:

1. Kesulitan untuk berkonsentrasi dan belajar.



2. Merasa bertanggung jawab dan bersalah terkait dengan kejadian.
3. Mengalami gangguan tidur.
4. Menjadi khawatir tentang keamanan sendiri dan orang lain.
5. Perilaku yang tidak konsisten, agresif atau sembrono.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Borg (1999), Olweus (1993), Rigby (1996), Whitney & Smith (1993), Berthold dan Hoover (2000) (dalam Harris dan Petrie, 2003) terdapat beberapa fakta yang didapatkan tentang korban *bullying* pada usia sekolah dasar, yaitu:

1. Jumlah korban yang mengalami *bullying* serius mengalami penurunan sesuai dengan semakin bertambahnya usia korban.
2. Sejumlah korban perempuan menurun jumlahnya dibandingkan dengan korban laki-laki.
3. Korban dapat saja seorang anak yang prestasi akademiknya rata-rata, *di atas* rata-rata atau *di bawah* rata-rata.
4. Korban cenderung menunjukkan tampilan pencemas dan kurang asertif.
5. Korban menganggap dirinya kurang mampu dibandingkan dengan apa yang diyakini oleh orangtua terhadap kemampuan mereka jika dibandingkan dengan siswa lain yang tidak mengalami *bullying*.
6. Korban melaporkan perasaan sedih yang dirasakan lebih sering dibandingkan dengan siswa lain yang tidak mengalami *bullying*.
7. Korban merasa lebih takut berada di sekolah dibandingkan teman-temannya.
8. Korban merasa mereka tidak mampu mempertahankan diri mereka secara efektif.
9. Korban yang berusia lebih muda lebih cenderung melaporkan perlakuan yang mereka terima dibandingkan dengan korban yang lebih tua.

Jika di atas sudah dijelaskan tentang korban, maka pelaku *bullying* pada usia sekolah dasar pun menunjukkan karakteristik tertentu. Pelaku *bullying* laki-laki biasanya lebih agresif dan terlihat dalam perilaku mereka memukul atau menghina secara terbuka korban. Berbeda dengan pelaku *bullying* perempuan yang cenderung terlibat dalam agresi yang relasional seperti menyebarkan berita tidak benar tentang korban untuk merusak hubungan persahabatannya atau dengan mengucilkan korban dari kelompok bermain.

Tampilan pelaku *bullying* pada tingkat sekolah dasar adalah sebagai berikut:

1. Pelaku *bullying* lebih suka melakukan *bullying* pada korban di halaman sekolah, dalam perjalanan ke sekolah atau dalam perjalanan pulang.
2. Pelaku lebih suka berbohong tentang korban, memukul atau menendang, atau mengeluarkan korban dari pertemanan.
3. Pelaku *bullying* di sekolah dasar biasanya adalah anak yang populer di sekolah.
4. Pelaku *bullying* pada usia yang lebih muda terlibat lebih banyak dalam perilaku antisosial yang lain seperti minuman beralkohol, merokok, menyontek jika dibandingkan dengan teman seusianya.

B. BULLYING DI TINGKAT SEKOLAH MENENGAH

Contoh Kasus:

Seorang ibu melaporkan kepada sekolah tentang kondisi anak perempuannya yang bernama Sindy baru saja pindah ke sebuah sekolah menengah atas di salah satu kota. Anak perempuannya ini adalah anak yang secara fisik menarik dan juga ramah. Di sekolah barunya ini, ia menjadi pusat perhatian terutama dari anak laki-laki yang ada di sekolah karena fisiknya yang menarik. Namun kondisi ini ternyata menimbulkan masalah. Teman perempuan yang iri pada perhatian yang dia dapatkan dari anak laki-laki di sekolah menyebarkan berita tidak benar tentang Sindy, bahwa dia



pindah ke sekolah tersebut karena memiliki masalah pelanggaran berat di sekolah sebelumnya. Kondisi membuat Sindy merasakan perlakuan yang berbeda dari teman-teman yang lain dan mulai di kucilkan. Ia mulai menangis di malam hari, bermimpi buruk dan akhirnya menolak untuk datang ke sekolah.

Berdasarkan kasus *di atas* dapat kita ketahui bahwa Sindy mendapatkan *bullying* relasional dari teman-teman perempuannya dengan menyebarkan gosip atau berita tidak benar tentang Sindy. Perlakuan buruk yang didapatkan Sindy disebabkan karena kecemburuan dari teman-teman perempuannya karena ia mendapatkan banyak perhatian dari teman laki-laki di sekolah karena tampilan fisiknya yang baik. Inilah salah satu keunikan *bullying* yang terjadi pada masa remaja, ketertarikan pada lawan jenis, kecemburuan dapat menyebabkan *bullying* terjadi.

Siswa sekolah menengah memiliki karakteristik yang berbeda dengan siswa sekolah dasar. Mereka sudah memasuki fase remaja yang memiliki karakteristik yang unik, yaitu:

1. Pertumbuhan fisik yang cepat.
2. Perkembangan seksual yang ditandai dengan kematangan hormon-hormon seksual yang diikuti dengan perubahan pada kondisi fisik remaja laki-laki dan perempuan. Kondisi ini juga menandai munculnya ketertarikan pada lawan jenis.
3. Perkembangan kognitif yang sudah memasuki fase operasional formal, sudah mampu berpikir tentang konsep yang abstrak.
4. Kondisi emosi yang labil.
5. Perkembangan sosial yang mengarah ke interaksi yang lebih banyak dengan teman sebaya.

Keunikan karakteristik remaja ini memengaruhi bentuk *bullying* yang terjadi dan juga dampak yang ditimbulkannya. Pada usia ini, biasanya mereka butuh bantuan untuk belajar mengidentifikasi, memahami dan mengatur emosi dan perilakunya, karena secara alami mereka terkadang merasakan isolasi.



Seperti halnya pada *bullying* di sekolah dasar, kita juga akan mendeskripsikan tampilan dari pelaku dan korban *bullying* di tingkat sekolah menengah. Berdasarkan penelitian-penelitian yang telah dilakukan, korban *bullying* di tingkat sekolah menengah menunjukkan tampilan seperti di bawah ini (Nansel *et al.*, 2001; Salmon, 1998; Hoover & Holiver, 1995; Ma, 2001; Kass, 199; Miller *et al.*, 2000; Limber *et al.*, 1998; Olweus, 1993, 1996; Rigby, 1996 dalam Harris dan Petrie, 2003):

1. Korban memiliki penyesuaian psikososial yang lebih buruk dibandingkan siswa lain yang tidak terlibat.
2. Korban menunjukkan penyesuaian sosial dan emosional yang lebih buruk dibandingkan dengan pelaku.
3. Korban dilaporkan memiliki kesulitan yang lebih besar untuk berteman jika dibandingkan dengan pelaku.
4. Korban memiliki hubungan yang buruk dengan teman sekelasnya.
5. Korban merasakan kecemasan.
6. Korban lebih sering mendapatkan prestasi akademik yang rendah dibandingkan dengan pelaku.
7. Korban lebih sering menggunakan alkohol, merokok.
8. Korban biasanya memiliki perbedaan secara fisik dalam ras atau ukuran, atau mengenakan pakaian yang berbeda dengan pelaku.
9. Korban mengindikasikan tingkat kepuasan atau ketidakpuasan dengan sekolah berkaitan dengan *bullying* fisik atau psikologis yang mereka alami.
10. Korban biasanya memiliki harga diri yang lebih rendah dibandingkan dengan pelaku.
11. Remaja dengan kebutuhan khusus biasanya berisiko tinggi menjadi korban.
12. Tampilan korban dan pelaku memiliki beberapa kesamaan namun juga memiliki perbedaan yang jelas antara keduanya. Tampilan pelaku *bullying* di tingkat sekolah menengah antara lain (Harris dan Petrie, 2003).



13. Pelaku memiliki penyesuaian psikososial yang lebih buruk dibandingkan dengan siswa lain yang tidak terlibat.
14. Pelaku lebih sering menggunakan alkohol dan merokok dibandingkan dengan korban.
15. Pelaku memiliki penyesuaian yang buruk dengan sekolah pada akademik dan persepsinya tentang iklim sekolah dibandingkan dengan korban.
16. Pelaku dapat berteman dengan lebih mudah dibandingkan dengan pelaku.
17. Pelaku jarang mengalami isolasi sosial dibandingkan dengan pelaku.
18. Pelaku secara umum adalah anak yang populer di sekolah dibandingkan dengan korban.
19. Pelaku sering mengganggu siswa yang lain bersama dengan kelompok teman namun mengakui bahwa terkadang hal itu membuat mereka merasa tidak nyaman.
20. Pelaku mengatakan bahwa alasan utama melakukan *bullying* pada siswa yang lain adalah bahwa korban hanya tidak sesuai berada di sana (sekolah).
21. Pelaku pada tingkat sekolah menengah atas menunjukkan memiliki harga diri yang lebih rendah dibandingkan dengan korban.

Seperti yang sudah pernah kita bahas sebelumnya, ada satu pihak lagi yang terlibat dalam *bullying*, namun tidak secara langsung, yaitu saksi. Saksi seringnya tidak membantu korban, namun merasa bersalah karena mereka berpikir bahwa mereka seharusnya melakukannya. Beberapa alasan yang membuat saksi tidak melakukan sesuatu untuk membantu korban antara lain:

1. Saksi jarang terlibat, karena takut akan menjadi korban berikutnya.
2. Saksi jarang terlibat, karena takut melakukan sesuatu yang salah.



- 3.. Saksi melaporkan perasaan tidak berdaya.
4. Saksi menunjukkan rasa kehilangan respek terhadap diri sendiri.
5. Saksi merasa kehilangan kepercayaan dirinya sepanjang waktu.
6. Saksi menjadi kurang sensitif terhadap perilaku *bullying*.
7. Saksi di sekolah menengah menjadi kurang empatik dengan korban, terutama laki-laki.

Dalam beberapa literatur yang ada menjelaskan bahwa *bullying* pada tingkat sekolah menengah atas sudah mulai melibatkan adanya pelecehan seksual terutama umumnya pada remaja perempuan (dalam Swarer, 2009). Penelitian yang dilakukan oleh The American Association of University Women (AAUW) pada tahun 2001 menunjukkan bahwa remaja perempuan lebih sering mengalami pelecehan seksual dibandingkan dengan remaja laki-laki.

Kondisi yang cukup mengkhawatirkan adalah bahwa *bullying* yang terjadi di tingkat sekolah menengah atas kurang mendapat perhatian yang serius dari pihak sekolah, jika dibandingkan dengan perhatian dari guru di tingkat sekolah dasar dan sekolah menengah pertama. Biasanya perilaku *bullying* baru ditanggapi oleh sekolah ketika sudah ada laporan dari korban akan kerugian yang dialami secara fisik. Selain itu, terkadang sekolah juga seperti cuci tangan ketika *bullying* sudah dilaporkan. Tindakan yang biasanya diambil adalah dengan mengeluarkan pelaku dari sekolah tanpa melakukan pembinaan terlebih dahulu pada pelaku dan penanganan psikologis pada korban.

C. BULLYING DI PERGURUAN TINGGI

Bullying di perguruan tinggi memiliki perbedaan dengan *bullying* yang terjadi di sekolah dasar dan sekolah menengah. Hal ini terkait dengan *setting* pendidikan dan organisasinya. Pada institusi perguruan tinggi terdapat berbagai pegawai dengan jenis



jabatan yang berbeda-beda, mulai dari dosen, staf bagian akademik, bagian kemahasiswaan, bagian keuangan, bagian administrasi dan bagian-bagian lainnya yang terkait dengan layanan pendidikan di insitusi perguruan tinggi. Adanya variasi pekerja yang terlibat membuat dinamika kekuasaan yang juga berbeda dan kompleks dalam kaitannya mendefinisikan korban dan pelaku. Terdapat struktur yang unik dalam aspek struktural di universitas yang memegang peran penting terhadap bagaimana *bullying* itu terjadi.

Mahasiswa dapat saja menjadi korban *bullying* tidak hanya oleh sesama mahasiswa namun juga terjadi *bullying* oleh dosen, karena dalam hubungan antara dosen dan mahasiswa terdapat ketidakseimbangan kekuasaan. Dosen memiliki kuasa atas mahasiswa terkait dengan nilai matakuliah yang diambil oleh mahasiswa. Staf bagian akademik, bagian kemahasiswaan dan bagian lain juga memiliki potensi untuk melakukan *bullying* terhadap mahasiswa karena mahasiswa memiliki hubungan yang berkaitan dengan pengurusan berkas-berkas yang mereka perlukan pada bagian-bagian tersebut. Dalam beberapa literatur menyebutkan, *bullying* yang terjadi pada tingkat pendidikan tinggi sudah melibatkan adanya pelecehan seksual yang dilakukan oleh pelaku pada korban.

Selain dari struktural yang ada di kampus, *bullying* di tingkat universitas dapat juga dilakukan oleh mahasiswa kepada mahasiswa lainnya. Dalam hal ini biasanya yang terlibat adalah kakak kelas dengan juniornya. Pada beberapa kasus yang terjadi di Indonesia seperti kasus kekerasan yang terjadi di IPDN dari senior kepada junior, atau di kampus yang lain dalam *setting* Ospek *bullying* itu terjadi. Dengan dalih ingin mendisiplinkan juniornya, senior menunjukkan kekuasaan pada junior para pelaku *bullying* dengan bebas melakukan *bullying* secara fisik atau verbal pada juniornya. Efek paling parah dalam *bullying* ini dapat menyebabkan korban jiwa. *Bullying* ini kebanyakan juga terjadi di luar pantauan kampus dan hanya dapat diketahui

ketika korban melaporkan *bullying* yang dialami dan bahkan sampai berurusan dengan pihak kepolisian.

D. DAMPAK BULLYING

Bullying yang terjadi sebenarnya tidak hanya memberikan dampak negatif pada korban, namun orang-orang yang terlibat di dalamnya termasuk pelaku dan saksi yang melihat kejadian juga memiliki kemungkinan terkena dampak *bullying* dengan variasi yang berbeda. Pada bab ini, kita akan khusus membahas bagaimana dampak *bullying* pada korban, pelaku, dan juga saksi.

1. Dampak pada Korban

Bullying memberikan dampak psikologis jangka pendek dan jangka panjang baik pada pelaku maupun korban. Korban akan mengalami rasa kesepian dan mengalami masalah dalam melakukan penyesuaian emosi dan sosial; mengalami kesulitan untuk berteman dan hubungan yang buruk dengan teman-teman sekelas. Korban juga sering mengalami penghinaan, rasa tidak aman dan kehilangan harga diri dan dapat mengembangkan rasa takut datang ke sekolah. Akibat dari *bullying* yang dialami secara berkelanjutan/berulang akan mengikuti korban sampai dengan dewasa. Mereka memiliki risiko besar mengalami depresi dan gangguan kesehatan mental lainnya termasuk skizofrenia. Dalam beberapa kasus korban dapat melakukan bunuh diri, seperti yang terjadi pada kasus Amanda Todd.

Konsekuensi negatif yang berlangsung lama pada korban dapat dianalisis melalui teori *General Strain* (dalam Eriksen, Nielsen dan Simonsen, 2012) yang menjelaskan bahwa individu yang mengalami ketegangan (seperti *Bullying*) akan menghasilkan emosi negatif seperti marah, frustrasi, depresi atau kecemasan yang akan berujung pada perilaku korektif dari pelanggaran, menyakiti diri sendiri, tindakan bunuh diri, dan sebagainya. Penelitian yang dilakukan oleh Ouellet-Morin *et al.*,



(dalam Eriksen, Nielsen dan Simonsen, 2012) menunjukkan bahwa korban *bullying* memiliki respons kortisol yang rendah dan bertahan lama terhadap stress dibandingkan dengan kelompok kontrol. Penelitian ini menjelaskan bagaimana *bullying* ternyata juga menyebabkan perubahan biologis pada korban dengan dampak yang bertahan lama.

Adam dan Lawrence (2011) menjelaskan bahwa efek dari *bullying* yang dialami oleh korban akan bertahan sampai dengan ia memasuki perguruan tinggi. Beberapa karakteristik dan efek yang bertahan pada korban, antara lain:

a. Keamanan

Korban merasa tidak yakin di mana tempat dia dapat merasa tenang dan rileks atau merasa nyaman. Korban hanya akan merasa nyaman ketika berada di kamarnya sendiri atau pada area terbatas saja. Mereka takut seseorang akan mengatakan sesuatu yang menyakitkan, takut mengatakan pada orang lain tentang pesan elektronik yang diterimanya, takut pergi pada kelas-kelas tertentu dan hanya menemukan sedikit tempat di mana ia merasa aman.

b. Perasaan dikucilkan

Merasa dikucilkan dari percakapan, kelompok atau memiliki rasa kebersamaan kelompok yang kurang. Korban merasa mereka sering dikucilkan dari aktivitas kelas atau aktivitas kelompok.

c. Perasaan isolasi

Merasa tidak terlibat sebagai anggota kelompok. Merasa sendirian dan terisolasi serta merasa tidak ada yang mau mendengarkan mereka.

d. Pelecehan

Mendapatkan komentar-komentar negatif atau mendapatkan perlakuan yang kurang respek dari perilaku atau percakapan yang ditunjukkan oleh individu atau kelompok. Korban juga melaporkan mendapatkan pelecehan ketika mengekspresikan pendapatnya, menerima pesan-pesan



yang menghina dan ditertawakan saat merespons pertanyaan di kelas.

e. Alienasi

Merasa ketidakmampuan untuk terhubung atau berkomunikasi dalam sikap yang positif dengan orang lain atau kelompok. Korban dilaporkan sulit untuk melakukan pertemanan.

f. Kesepian

Merasa tidak ada yang mau berkomunikasi dengannya, merasa tidak memiliki teman atau penerimaan dalam percakapan. Korban merasa sendiri dan terisolasi, merasa tidak seorang pun yang memercayainya dan hanya ingin tidur saja.

Sebagai tambahan lagi, Rigby (2003) menjelaskan konsekuensi *bullying* yang dialami oleh korban dalam empat kategori, yaitu:

a. Kebahagiaan yang rendah (*low subjective well-being*).

Dalam hal ini termasuk pikiran-pikiran secara umum berkaitan dengan rasa tidak senang, namun bukan distress yang akut, seperti ketidakbahagiaan umum, harga diri yang rendah dan perasaan marah dan sedih.

b. Penyesuaian sosial yang rendah.

Bentuknya adalah ekspresi tidak suka pada sekolah, merasakan kesepian, isolasi dan ketidakhadiran di sekolah.

c. Mengalami distress psikologis.

Kondisi ini lebih serius jika dibandingkan dua kondisi di atas karena melibatkan level kecemasan yang tinggi, depresi, dan pikiran-pikiran untuk bunuh diri.

d. Sakit fisik.

Menunjukkan gangguan-gangguan kesehatan, termasuk di dalamnya psikosomatis. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Koeppel dan Bouffard (2012) didapatkan bahwa individu yang menjadi korban *bullying* menunjukkan kondisi



kesehatan yang lebih buruk jika dibandingkan dengan yang tidak mengalami *bullying*. Selain itu, korban *bullying* juga menunjukkan persentase lebih besar terlibat dalam perilaku berisiko terhadap kesehatan seperti merokok, dan minum alkohol lebih besar dibandingkan dengan bukan korban.

Berkaitan dengan akademik, kondisi psikologis yang kurang baik akibat *bullying* yang dialami juga berdampak pada performansi akademik dari korban. Beberapa literatur menyebutkan bahwa korban *bullying* memiliki prestasi akademik di bawah kemampuannya yang sebenarnya dan memiliki tingkat kehadiran di sekolah yang rendah.

Pada kondisi ekstrem, efek perilaku *bullying* yang diterima korban terus-menerus dan dalam jangka waktu lama dapat membuat korban berpikir untuk membalas dendam, menyakiti diri sendiri dan yang paling buruk adalah bunuh diri. Kondisi ini disebabkan karena berbagai emosi negatif yang dirasakan korban yang berlangsung dalam waktu lama. Emosi-emosi negatif itu di antara adalah perasaan malu, marah, takut, cemas, tidak berdaya, benci dan depresi. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Djati (2008) yang menemukan bahwa perilaku *bullying* memiliki hubungan yang positif dengan tingkat depresi. Selain itu, jika anak yang menjadi korban tidak mendapatkan bantuan dari profesional, maka efek dari *bullying* yang diterimanya dapat muncul seperti gejala-gejala gangguan stres pascatrauma, yaitu:

- a. Gangguan tidur, mimpi buruk dan terjaga lebih awal.
- b. Gangguan dalam ingatan.
- c. Ketidakmampuan untuk berkonsentrasi.
- d. Hipersensitif.
- e. Iritabilitas.
- f. Ledakan rasa marah.
- g. Gangguan pada otot.
- h. Serangan panik.



- i. Kelelahan.
- j. Harga diri yang rendah.
- k. Perasaan bersalah yang berlebihan.
- l. Merasa gugup dan cemas.

Korban juga mengembangkan masalah dalam mengontrol kemarahannya dan dapat menjadi berperilaku agresif pada dirinya sendiri dan orang lain. Emosi-emosi negatif yang dirasakan oleh korban dapat berupa perpaduan antara sakit dan terluka, malu, terhina, intimidasi, takut, cemas, kurang konsentrasi, mengalami kebingungan dalam berpikir dan pengambilan keputusan yang buruk, kelelahan, tidak sabaran, kurang motivasi, merasa tidak mampu (inadekuat), perilaku yang tidak tepat, pikiran-pikiran untuk balas dendam, merasa terperangkap, kesepian, diabaikan, ditolak, teralienasi, tidak puas, kurangnya kepercayaan pada orang lain dan juga pada kehidupan, menolak, menyangkal, keinginan untuk menarik diri dari situasi sosial, malu yang berlebihan, harga diri yang rendah, merasa tidak berdaya, serangan kecemasan, depresi dan gangguan stres pascatrauma (Beane, 2008).

Dalam kondisi emosi negatif yang sangat tidak menyenangkan ini, bagi korban terdapat beberapa pilihan yang dapat mereka lakukan, yaitu

- a. Menghentikan *bullying* dengan melakukan balas dendam.
Rasa takut yang dirasakan oleh korban dapat membuatnya berpikir untuk menghentikan *bullying* yang dialaminya dengan membalas perlakuan pelaku tanpa memikirkan lebih jauh tentang konsekuensi dari perilakunya. Saat ia memutuskan untuk balas dendam, korban merasa harus menyamakan ketidakseimbangan kekuasaan antara dia dan pelaku atau korban yang lain. korban dapat menyerang individu tertentu atau kelompok yang menginisiasi, mendorong atau memperkuat *bullying*. Kemungkinan yang lain, korban dapat menyerang dunia yang dia rasakan penuh



dengan pengalaman-pengalaman negatif. Dalam kondisi ini, korban menjadi terfokus pada dirinya sendiri dan fokus pada melindungi korban yang lain

b. Menyakiti diri sendiri.

Berpikir tentang menyakiti orang lain kadang dirasa oleh korban bukanlah hal yang alami untuk dipikirkan, sehingga korban dapat memilih untuk menyakiti diri sendiri. Ini adalah salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi rasa sakit dan mendapatkan kontrol terhadap hidupnya sendiri. Di sisi lain, korban dapat saja membahayakan dirinya dengan pelarian pada alkohol dan obat-obatan atau yang lain melakukan mutilasi terhadap dirinya sendiri. Beberapa korban yang lain juga dapat mengembangkan gangguan makan karena mendapatkan perlakuan buruk yang persisten yang membuat mereka merasa kehidupannya di luar kontrolnya. Selain itu beberapa korban yang lain dapat berpikir untuk atau bahkan melakukan bunuh diri. Mereka melakukan ini karena berpikir lebih baik mati dibandingkan dengan hidup seperti di neraka.

c. Menerima keadaan dan berusaha untuk menyelesaikan dengan mencari bantuan dari orang lain.

Di luar kemungkinan untuk balas dendam dan menyakiti diri sendiri, anak yang menjadi korban dapat bersikap menerima keadaan dan mencoba mencari bantuan orang lain atas masalah yang mereka alami. Hal ini adalah bentuk yang sehat dari cara menghadapi masalah, di mana anak bergerak dari penyangkalan dan penghindaran pada konfrontasi terhadap *bullying* dan mendiskusikan semua aspek dari pengalaman negatif yang ia rasakan.

2. Dampak pada Pelaku

Tidak hanya korban yang terkena dampak dari *bullying*. Pelaku pun memiliki risiko dari efek perilaku *bullying* yang mereka lakukan pada korban. Perilaku *bullying* memiliki hubungan

dengan bentuk perilaku antisosial lainnya seperti vandalisme, mengutil, membolos, dan *drop out* dari sekolah, perkelahian/tawuran dan penggunaan obat-obatan dan alkohol. Penelitian yang dilakukan Olweus di Norwegia dan Swedia didapatkan bahwa *bullying* dapat mengarahkan pada tindakan kriminal pada masa yang akan datang. Dari penelitian ini didapatkan bahwa 60% laki-laki yang mengalami *bullying* pada usia kelas 6 sampai dengan kelas 9 setidaknya akan terlibat dalam satu jenis perilaku kriminal pada usia dewasanya dibandingkan dengan 23% laki-laki yang tidak mengalami *bullying*, 35-40% yang melakukan *bullying* setidaknya memiliki tiga atau lebih tindakan kriminal pada usia 24 tahun, dibandingkan dengan 10% yang tidak melakukan *bullying*.

Sebagai tambahan lagi penelitian yang dilakukan oleh NICHD menemukan bahwa pelaku dan korban terlihat memiliki risiko paling besar untuk mengalami kesepian, kesulitan dalam berteman, kurang sukses di sekolah dan terlibat dalam masalah perilaku seperti merokok dan minum alkohol. Penelitian yang dilakukan oleh Farrington pada tahun 1993 (dalam Ahmed & Valeri, 2004) secara longitudinal selama 24 tahun pada remaja menunjukkan bahwa remaja yang menjadi pelaku *bullying* tidak hanya berkembang menjadi dewasa yang juga akan melakukan *bullying*, namun juga cenderung memiliki anak yang juga menjadi pelaku *bullying*.

3. Dampak pada Saksi

Belum banyak penelitian yang mengkaji dampak melihat kejadian *bullying* pada saksi. Efek yang mungkin dirasakan saksi adalah merasa tidak nyaman dalam situasi *bullying* yang terjadi jika dibandingkan dengan pelaku dan merasakan kecemasan dan rasa tidak aman (dalam Polanin, Espelage dan Pigott, 2012). Kecemasan yang dirasakan selama melihat *bullying* terjadi, berhubungan dengan perilaku membalas yang bersifat agresif dan ketakutan akan menjadi korban *bullying* berikutnya yang mem-



buat saksi tidak mau mencari bantuan dari orang dewasa lain. Dalam penelitian yang dilakukan dalam subjek dengan jumlah besar di Inggris, ditemukan bahwa jika dibandingkan dengan pelaku, saksi memiliki risiko yang meningkat untuk mengalami masalah nonklinis (misalnya sensitivitas interpersonal) dan jika dibandingkan dengan korban, saksi mengalami risiko tingkat penyalahgunaan obat-obatan yang meningkat (Rivers, 2009, dalam Polanin, Espelage dan Pigott, 2012).

E. INTERVENSI UNTUK MENGATASI *BULLYING* DI DUNIA PENDIDIKAN

Bullying yang terjadi harus dicegah agar tidak berkembang dan dihentikan jika sudah terjadi, karena dampaknya sungguh mengkhawatirkan tidak hanya bagi korban, namun juga pelaku dan saksi. Kolaborasi dari orangtua, pihak sekolah dan masyarakat sangat penting untuk mengatasi hal ini.

Dalam upaya intervensi terhadap perilaku *bullying*, kita dapat melihat dari perspektif teori Ekologi Brofenbrenner yang menjelaskan tentang perkembangan anak yang melibatkan interaksi anak dengan lingkungan fisik dan sosialnya.

Berdasarkan teori Ekologi Brofenbrenner terdapat lima sistem lingkungan mulai dari interpersonal sampai dengan budaya. Adapun lima sistem lingkungan tersebut, yaitu:

1. Mikrosistem

Mikrosistem adalah konteks di mana anak menghabiskan sebagian besar waktunya. Mikrosistem berisikan keluarga, teman sebaya, sekolah, dan tetangga. Dalam mikrosistem ini anak berinteraksi langsung dengan orangtua, siswa yang lain, guru dan orang lain. Menurut Bronfenbrenner, siswa bukanlah penerima pengalaman secara pasif di dalam konteks ini, tetapi siswa adalah orang yang berinteraksi secara timbal balik dengan orang lain dan membantu mengkonstruksi *setting* tersebut.



2. Mesosistem

Mesosistem merupakan pertalian dan interrelasi antara dua atau lebih individu dalam mikro sistem seseorang. Misalnya sekolah dan masyarakat, rumah, dan sekolah. Di dalam mesosistem terdapat hubungan antara pengalaman dalam keluarga dan pengalaman di sekolah.

3. Eksosistem

Eksosistem adalah *setting* di mana anak tidak ikut secara langsung berpartisipasi, namun memiliki efek pada salah satu dari mikrosistemnya. Contohnya adalah pekerjaan orangtua, dewan sekolah, dan dewan kota.

4. Makrosistem

Makrosistem adalah masyarakat dan subkultur di mana seseorang tumbuh dengan referensi tertentu tentang sistem keyakinan, gaya hidup, pola interaksi sosial dan perubahan hidup. Kultur adalah istilah luas yang mencakup peran etnis dan faktor sosioekonomi dalam perkembangan anak. Kultur adalah konteks terluas di mana siswa dan guru tinggal, termasuk nilai dan adat istiadat masyarakat.

5. Kronosistem

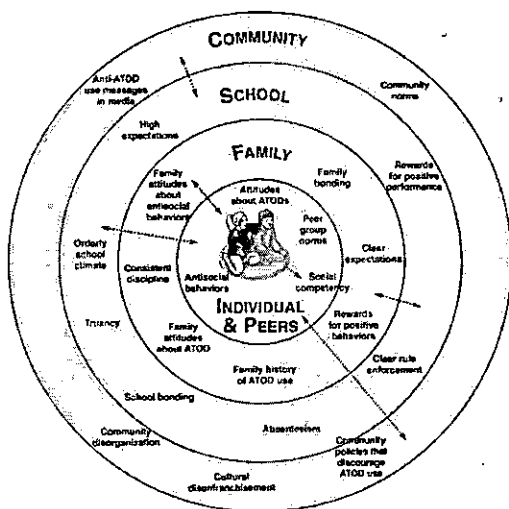
Kronosistem adalah perubahan secara temporal dalam sistem atau dalam individu yang menghasilkan kondisi baru yang memengaruhi perkembangan.

Bullying terjadi di mikrosistem anak yang melibatkan teman sebaya. Selain itu mesosistem anak juga memengaruhi munculnya perilaku *bullying*. Pengalaman tidak menyenangkan yang didapatkan di rumah dapat membuat anak menjadi pelaku *bullying* dan pengalaman *bullying* yang diterima korban di sekolah dapat membuatnya mengembangkan kondisi yang buruk di rumah dan lingkungan sosialnya.

Berdasarkan teori ini, upaya prevensi dan intervensi untuk perilaku *bullying* harus melibatkan semua yang ada dalam mikrosistem anak yaitu orangtua, teman sebaya dan guru di seko-



lah. Kolaborasi dari pihak-pihak yang berinteraksi langsung dengan anak di mikrosistem akan membantu mengatasi *bullying*, baik pada pelaku maupun korban.



GAMBAR 1 Teori Ekologi Brofenbrenner

1. Apa yang Dapat Dilakukan Orangtua Mencegah *Bullying*?

Sangat penting mencegah daripada mengobati. Ungkapan ini juga sangat relevan untuk kasus-kasus *bullying*. Orangtua dan lingkungan terdekat anak memiliki peran penting dalam upaya mencegah *bullying*. Lalu apa yang dapat dilakukan orangtua untuk mencegah *bullying* terjadi? Semua sangat terkait dengan proses pengasuhan yang terjadi dalam keluarga.

a. Memberikan Kasih Sayang yang Tanpa Syarat pada Anak

Memberikan kasih sayang tanpa syarat pada anak akan menunjukkan bahwa orangtua menyayangi anak bukan karena siapa dia dan apa yang dia lakukan. Menunjukkan ekspresi kasih sayang pada anak secara verbal dan nonverbal melalui peluk-



an, senyuman sayang, membelai kepala anak dan mengatakan kata-kata yang menyenangkan pada anak. Orangtua perlu menunjukkan bahwa waktu-waktu dengan anak adalah waktu yang sangat berharga dan menyenangkan.

Saat anak merasa bahwa ia benar-benar diperhatikan dan disayangi maka anak akan mengembangkan penerimaan dirinya yang akan menjadi dasar baginya untuk menerima kehadiran orang lain dengan baik juga.

b. Menjadi Model Peran yang Baik

Anak belajar dari apa yang dia lihat dari perilaku kedua orangtuanya, sehingga jika ingin anak berperilaku baik, maka orangtua harus menunjukkan perilaku yang juga baik pada anak. Menunjukkan model peran yang memiliki kontrol diri, empati dan sensitivitas akan membantu anak untuk juga belajar berperilaku sama saat ia berinteraksi dengan orang lain. Walaupun orangtua tidak dapat selalu berperilaku baik, namun jika suatu saat orangtua melakukan sebuah perilaku yang tidak sesuai, maka ia harus mau meminta maaf pada anak. Hal ini akan membantu anak untuk memaafkan dan meminta maaf atas perilaku buruk yang dilakukan. Berusaha untuk menghargai perasaan yang disampaikan oleh anak sehingga anak akan terbuka untuk mengomunikasikan apa yang dia rasakan.

c. Mendorong Terciptanya Komunikasi yang Baik dengan Anak

Masalah sering muncul ketika komunikasi antara anak dengan orangtua tidak berjalan dengan baik. Terkadang orangtua hanya berpikir tentang keinginannya pada anak tanpa menanyakan apa yang diinginkan oleh anak. Kondisi ini kemudian membuat komunikasi memburuk yang kemudian memberikan dampak pada banyak hal termasuk di dalamnya ketika anak terlibat dalam *bullying*.

Berkomunikasi dengan baik juga melibatkan kemampuan untuk mendengarkan. Tak jarang orangtua berkomunikasi de-



ngan anak tanpa benar-benar memperhatikan ekspresi yang ditunjukkan oleh anak, atau sambil melakukan aktivitas yang lain sehingga pesan-pesan yang tersirat lewat gestur anak tidak dapat tertangkap dengan baik.

Mendorong komunikasi yang baik adalah salah satunya dengan menyediakan waktu-waktu khusus di mana masing-masing anggota keluarga akan saling bercerita dan mengungkapkan pikiran dan perasaan dirinya. Waktu yang dipilih untuk hal ini adalah waktu-waktu yang tenang dan nyaman seperti saat berada di meja makan, atau secara personal saat waktu-waktu akan tidur. Adanya pertemuan khusus keluarga di waktu-waktu tertentu akan membantu anak untuk mengembangkan rasa aman, rasa memiliki dan harga diri yang dapat meningkatkan kepercayaan diri dan penghargaan diri anak.

d. Menjelaskan tentang Aturan-aturan

Jika anak belajar tentang aturan di rumah, maka ia juga akan belajar menjadi orang yang memiliki aturan ketika ia berada di lingkungan sosialnya. Orangtua harus memiliki aturan yang dilaksanakan secara konsisten di rumah. Namun aturan ini adalah aturan yang bersifat ramah, adil, dikomunikasikan dengan anak dan sesuai dengan usia anak. Orangtua perlu menjelaskan bahwa aturan yang dibuat di rumah bukan untuk membatasi kebebasan anak namun untuk membuat hidupnya lebih baik.

e. Mengajarkan Anak untuk Menghargai dan Menghormati Orang Lain

Orangtua adalah orang pertama yang harus dihargai dan dihormati oleh anak. Jika anak tidak menghormati orangtua di rumah maka anak juga tidak akan menghargai orang lain. Penghormatan dan penghargaan ini bersifat timbal balik yang berarti jika orangtua ingin anaknya menghormatinya, maka orangtua juga harus menghargai dan menghormati anak. Bentuk dari menghargai anak misalnya adalah mendengarkan pendapatnya

walaupun berbeda dengan pendapat orangtua, memberikan kesempatan bagi anak untuk memilih apa yang dia inginkan, memberikan ruang privasi bagi anak misalnya kamarnya sendiri, menunjukkan pengakuan akan keberadaan anak saat orangtua sedang bersama orang lain, dan hal yang cukup penting adalah jangan pernah mempermalukan atau melecehkan anak di depan orang lain.

f. Melakukan Pengawasan Terhadap Anak

Pengawasan menjadi hal penting yang harus dilakukan oleh orangtua dalam rangka menjaga anak. Bentuk pengawasan yang dapat dilakukan orangtua di antaranya adalah dengan membuat jaringan orangtua di sekolah yang dapat berbagi informasi tentang anak, menjalin komunikasi dengan guru di sekolah untuk mengetahui aktivitas anak.

g. Mendisiplinkan Anak dengan Perhatian

Membentuk disiplin tidak harus dengan menggunakan kekerasan yang kadang justru menimbulkan dampak buruk bagi anak. Cara orangtua mendisiplinkan anak harus dengan pendekatan yang positif, dengan hangat, jelas, tanpa kekerasan, tanpa agresivitas dan tidak permisif. Perilaku orang tua yang permisif akan membuat anak merasa hidupnya tidak terkontrol sehingga perilakunya juga akan mencerminkan perilaku yang tidak terkontrol.

Melakukan koreksi atas perilaku anak yang tidak tepat tanpa membuat anak merasa dilecehkan, dan memberikan penguatan serta menghargai perilaku anak yang tepat dan sesuai dengan aturan akan membantu terciptanya disiplin pada anak. Terkadang anak mungkin melanggar aturan yang sudah dibuat, namun tetap berikan kesempatan bagi anak untuk menjelaskan kondisinya sehingga anak juga belajar untuk bertanggung jawab terhadap perilakunya.



h. Meningkatkan Kualitas Persahabatan

Penelitian yang dilakukan oleh Hade, Rinaldi, dan Aulia (2011) menunjukkan bahwa kualitas persahabatan memiliki hubungan negatif dengan perilaku *bullying*. Semakin baik kualitas persahabatan, maka akan semakin rendah perilaku *bullying* yang dilakukan. Berdasarkan penelitian ini kita dapat menyimpulkan bahwa jika anak memiliki kualitas persahabatan yang baik dengan teman-temannya, maka dia dapat terhindar dari *bullying*.

Orangtua perlu mengajarkan anak untuk menjadi sahabat yang baik yang dapat menerima perbedaan yang ada pada teman-temannya dan mampu menjadi teman yang mampu memberikan dukungan pada teman-temannya yang lain. Orangtua juga dapat mengajarkan anak untuk memilih teman yang baik dengan menjelaskan pada anak bagaimana teman-teman dapat memengaruhi perilaku anak itu sendiri. Orangtua juga dapat menunjukkan ketidaksetujuannya jika mengetahui anak memiliki teman yang kurang baik. Namun ketidaksetujuan ini ditunjukkan juga melalui komunikasi yang baik dengan anak sehingga anak tidak hanya dilarang tanpa tahu alasan dari larangan tersebut.

i. Meningkatkan Ekspresi Perasaan

Orangtua terkadang tidak waspada dengan perubahan emosi yang ditunjukkan oleh anak jika orangtua tidak terbiasa untuk berkomunikasi dan mengekspresikan emosinya dengan anak. Orangtua dapat mengajak anak untuk menjelaskan apa yang dia pikirkan, apa yang terjadi pada dirinya, dan bagaimana pikiran itu dapat memicu emosi-emosi yang muncul. Orangtua dapat mendorong anak untuk mengomunikasikan perasaannya terutama jika ada sesuatu yang mengganggu pikirannya.

j. Membangun Harga Diri yang Positif

Setiap anak dilahirkan memiliki karakteristik dan temperamen yang berbeda sehingga orang tua juga harus memper-

lakukannya dengan cara yang berbeda. Membangun harga diri anak dapat dilakukan dengan memberikan komentar-komentar positif tentang anak atau memuji kelebihan anak di hadapan orang lain. Orangtua juga harus menghindari kritik yang berkaitan dengan tampilan fisik atau kepribadiannya misalnya bodoh, wajah jelek, nakal dan lainnya. Berkomunikasi dengan anak terkait dengan tujuan masa depannya dan memberikan masukan serta dukungan akan cita-citanya juga dapat membantu anak untuk mengembangkan kepercayaan dirinya.

k. Membentuk Fisik yang Kuat

Mengajak anak untuk terlibat dalam kegiatan olahraga atau bela diri dapat membantu anak untuk meningkatkan harga diri dan kepercayaan dirinya. Selain itu dengan berolahraga akan membuat anak memiliki tubuh yang sehat dan koordinasi tubuh yang lebih baik yang dapat membantu anak mengatasi stres dan kecemasan. Jika anak diikutkan dalam latihan bela diri akan membantu anak untuk lebih waspada dengan potensi gangguan yang ada di sekitarnya terutama gangguan yang bersifat fisik. Latihan-latihan ini dapat memperkuat anak untuk menghadapi gangguan-gangguan tersebut.

l. Mendorong anak Berpikir Positif

Mengajarkan anak untuk selalu berpikir positif dapat menghindarkan anak dari pikiran-pikiran buruk yang memengaruhi perilakunya. Anak dapat diajarkan untuk melihat perbedaan yang dimiliki oleh setiap anak sebagai sebuah keunikan dan bukan untuk dilecehkan.

m. Mengajarkan Anak Bagaimana cara Menghadapi Stress

Hidup tidak selalu berjalan dengan datar, terkadang kita juga akan menghadapi masalah-masalah dalam hidup. Orang tua perlu mengajarkan pada anak cara-cara untuk mengatasi tekanan-tekanan yang dirasakan oleh anak. Salah satu cara yang



dapat diajarkan pada anak adalah dengan melakukan olahraga rutin dan teknik relaksasi.

n. Mengembangkan Hobi dan Bakat Anak

Aktivitas positif yang dilakukan anak di luar sekolah juga dapat membantu anak untuk mengembangkan hobi dan bakatnya yang dapat membuatnya merasa senang dan meningkatkan harga dirinya. Pada anak yang tidak memiliki aktivitas yang positif dalam hidupnya akan membuatnya merasakan harga diri yang rendah dan meningkatkan depresi.

o. Mendorong Anak untuk Membantu Orang Lain dan Bekerja dalam Kelompok

Melibatkan anak dalam kegiatan yang membantu orang lain akan membuat anak belajar untuk mengembangkan sensitivitas dan empatinya akan keberadaan orang lain di sekitarnya. Salah satu cara yang dapat dilakukan misalnya melibatkan anak dalam kegiatan membersihkan lingkungan tempat tinggal, acara-acara amal dan kegiatan-kegiatan positif lainnya. Anak perlu diajarkan bahwa ia tidak bisa hidup sendiri dan harus bekerja sama dengan orang lain dalam kehidupan sosialnya.

p. Mencegah/Menghindarkan Anak dari Tayangan-tayangan Kekerasan

Beberapa penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa tayangan-tayangan yang bersifat kekerasan di berbagai media dapat memberikan dampak negatif pada anak. Menonton tayangan yang berisi kekerasan dapat membuat anak merasa takut, khawatir, atau ingin tahu dan meningkatkan kecenderungan untuk berperilaku agresif.

Untuk mencegah efek dari tayangan kekerasan ini orangtua dapat membuat daftar tayangan yang dapat ditonton oleh anak dan tayangan-tayangan yang membutuhkan pendampingan dari orangtua. Selain itu orang tua juga harus mengawasi peng-

gunaan internet yang digunakan oleh anak untuk *browsing* atau bermain *video games*. Komputer yang berada di rumah dan terhubung dengan internet sebaiknya diletakkan di tempat yang dapat diakses oleh semua orang, misalnya di ruang keluarga, sehingga orang tua dapat memantau aktivitas yang dilakukan oleh anak di internet.

q. Berbicara dengan Anak tentang *Bullying* yang Terjadi di Sekolah dan Lingkungan Sekitar

Anak perlu memahami perilaku-perilaku apa yang tidak sesuai yang dapat terjadi pada diri mereka termasuk di dalamnya adalah pelecehan seksual dan *bullying*. Orangtua perlu mengajari anak untuk menghindari orang-orang yang dapat memperlakukan mereka dengan tidak baik dan juga mengajarkan anak untuk tidak toleran terhadap perilaku buruk yang dilakukan pada orang lain hanya karena pelakunya adalah seseorang yang populer. Orangtua juga perlu mendorong anak untuk menceritakan pada orang dewasa yang ia percayai tentang perilaku buruk yang ia terima di sekolah dan lingkungan sekitarnya.

2. Apa yang Harus Dilakukan Jika Mengetahui Bahwa Anak Adalah Pelaku *Bullying*

Menjadi orangtua dari pelaku atau korban memiliki kondisi yang berbeda. Reaksi berbeda pun dapat ditunjukkan oleh orangtua jika mengetahui anaknya terlibat *bullying*. Terkadang pelaku tidak selalu berasal dari keluarga yang juga mengalami masalah. Orangtua tentu akan merasa kaget, tidak percaya ketika mengetahui bahwa anaknya menjadi pelaku *bullying*, sehingga mereka akan mencaritahu kapan dan bagaimana perilaku *Bullying* yang dilakukan oleh anaknya terjadi. Reaksi menolak atau menyangkal anaknya berbuat karena merasa selama ini anaknya baik-baik saja adalah reaksi yang jamak terjadi. Reaksi yang lain adalah dengan tidak mau tahu dengan apa yang terjadi pada anak. Lebih jauh lagi, orangtua yang baik tentu akan mencarita-



hu mengapa dan bagaimana dampak dari perilaku *bullying* yang dilakukan oleh anaknya akan meningkatkan risiko munculnya perilaku antisosial seperti kenakalan remaja, kriminalitas dan penyalahgunaan obat-obatan di masa yang akan datang.

Semakin cepat orang tua mengetahui bahwa anaknya terlibat dalam perilaku *bullying* maka dampak *bullying* bagi si anak dan si korban dapat lebih cepat dicegah. Apa saja hal penting yang harus menjadi perhatian orang tua mengenai tanda-tanda yang ditunjukkan anak yang menjadi pelaku *bullying*? Berikut ini akan dijelaskan beberapa tanda yang dapat membantu orangtua untuk mendeteksi apakah anaknya terlibat dalam *bullying* atau tidak (Beane, 2008).

- a. Anak menikmati perasaan merasa berkuasa dan mengontrol orang lain.
- b. Mencari dominasi atau memanipulasi orang lain.
- c. Membayangkan bahwa ia menjadi lebih tinggi (superior) dibandingkan dengan teman-temannya yang lain.
- d. Bersifat impulsif dan mudah marah dan memiliki toleransi yang rendah terhadap frustrasi.
- e. Suka memenangkan semua hal, benci mengalami kekalahan dan pembual kemenangan.
- f. Terlihat mendapatkan kepuasan atau kesenangan dari rasa takut, tidak nyaman dan sakit yang dirasakan orang lain.
- g. Sangat memperhatikan kekuranghormatan yang ditunjukkan orang lain pada dirinya, dan menyamakan rasa hormat dengan ketakutan.
- h. Menunjukkan rasa empati dan rasa kasihan pada orang lain yang kurang atau bahkan tidak ada sama sekali.
- i. Terlihat tidak mampu atau tidak ingin melihat sesuatu dari perspektif orang lain.
- j. Terlihat ingin menggunakan atau memanfaatkan orang lain untuk mendapatkan apa yang diinginkan.
- k. Mempertahankan perilaku negatifnya dengan memaksakan bahwa orang lain pantas mendapatkan perlakuan tersebut,



dan menyalahkan orang lain atas setiap konflik yang terjadi.

- l. Sangat pandai dalam menyembunyikan sesuatu perilaku.
- m. Menunjukkan emosi yang datar saat menceritakan keterlibatannya dalam konflik yang terjadi.
- n. Menyalahkan orang lain atas masalah yang terjadi padanya
- o. Menolak bertanggung jawab atas perilaku negatif yang dilakukannya.
- p. Melanggar aturan-aturan sekolah.
- q. Memiliki jaringan teman yang menjadi seperti pasukan yang mengikutinya kemanapun dan melakukan apa yang diinginkan, bahkan jika hal tersebut salah.

Jika orangtua menemukan tanda-tanda di atas, apa yang harus dilakukan? Hal yang paling utama adalah tetap berusaha untuk tenang dan tidak bertindak terburu-buru. Orangtua tidak perlu memberikan label “pelaku *bullying*” pada anak karena itu sama buruknya dengan memberikan label “korban *bullying*” pada anak lain yang menjadi korban. Pada kondisi tertentu reaksi orangtua mungkin tidak tepat, seperti tidak mempercayai bahwa anaknya adalah pelaku *bullying*, menyalahkan pihak sekolah, atau korban atas *bullying* yang terjadi dan menyangkal kejadian *bullying*. Kondisi penolakan atau penyangkalan ini dapat membuat situasi menjadi lebih buruk karena orangtua tidak mencoba untuk melihat kejadian secara rasional. Oleh sebab itu, terdapat beberapa hal yang perlu dilakukan orangtua ketika mendapatkan informasi bahwa anaknya menjadi pelaku *bullying* di sekolah.

- a. Menjadi orangtua pengamat.

Orangtua perlu mengamati perubahan-perubahan perilaku yang terjadi pada anak yang dapat memberikan informasi tentang apa yang terjadi pada anak. Pengamatan ini dapat dilakukan dalam keseharian anak di rumah, mencatat perilaku-perilaku tertentu atau perubahan perilaku yang ditunjukkan oleh anak selama di rumah. Anak dapat saja



menunjukkan perilaku normal di rumah, namun berbeda ketika dia berada di sekolah.

- b. Memberikan aktivitas yang bermakna bagi anak di rumah. Perilaku *bullying* dapat terjadi tanpa diketahui oleh anak bahwa yang dia lakukan adalah perilaku yang tidak benar. Untuk memberikan pemahaman pada anak tentang perilaku *bullying* dan memperkuat relasi antara orangtua dan anak dalam pengasuhan, orangtua dapat melakukan berbagai aktivitas yang bermakna di rumah.
- c. Mengadakan pertemuan dengan dengan orangtua pelaku *bullying* lainnya untuk saling membantu satu sama lain mengatasi perilaku *bullying* anak. Saling bertukar informasi dengan orangtua lain yang anaknya juga terlibat dalam *bullying* dapat menjadi salah satu upaya untuk saling mendukung untuk mengatasi *bullying*.
- d. Mengajak anak untuk bertemu dengan psikolog sekolah. Berkonsultasi dengan profesional yang ada di sekolah menjadi salah satu upaya untuk mengatasi perilaku *bullying* yang sudah dilakukan anak. Psikolog sekolah dapat membantu orangtua dan siswa pelaku *bullying* untuk menemukan penyebab dari masalahnya dan bersama-sama menemukan cara untuk menyelesaikannya. Keterbukaan dan penerimaan orangtua atas perilaku *bullying* yang sudah terjadi menjadi salah satu faktor pendukung dalam intervensi.
- e. Berbicara dengan orangtua korban dan meminta maaf atas apa yang telah terjadi. *Bullying* memberikan dampak pada korban, tidak hanya jangka pendek namun juga jangka panjang. Untuk mencegah dampak lebih buruk, orangtua juga harus mengajak anak untuk melakukan resolusi dengan meminta maaf pada korban atas perilaku yang dilakukannya.
- f. Mengingatkan anak untuk tidak terlibat dalam perilaku yang sama lagi.
- g. Meningkatkan pengawasan terhadap anak.



- h. Membantu anak untuk mengembangkan minat dan belajar hobi baru atau mengembangkan keterampilan baru.
 - i. Mencaritahu tentang hubungan pertemanan anak dan memberikan kesempatan bagi anak untuk bergaul dengan anak-anak lain yang memiliki reputasi yang baik.
3. Apa yang dapat Dilakukan Jika Anak Menjadi Korban *Bullying*?

Mengetahui jika anak menjadi korban *bullying* memberikan tanggapan yang berbeda pada orangtua. Sebagian menyarankan anaknya untuk membiarkan saja dan tidak mengindahkan *bullying* yang terjadi, sedangkan sebagian lagi menyarankan anaknya untuk melawan perlakuan buruk yang diterima dengan melaporkan pada pihak sekolah atau pihak yang terkait. Lalu manakah tindakan yang tepat untuk dilakukan orangtua ketika mendapatkan laporan dari anak?

Reaksi orangtua untuk mengacuhkan saja apa yang terjadi dapat membuat anak berpikir bahwa orangtua tidak memahami apa yang mereka rasakan yang dapat membuat mereka kapok untuk bercerita lagi kepada orangtua tentang apa yang terjadi pada diri mereka. Reaksi yang lebih positif dengan mendengar keluhan anak dan berusaha untuk mencaritahu apa yang sebenarnya terjadi menjadi jauh lebih baik untuk mengatasi masalah *bullying* yang dialami oleh anak. Jika diperlukan orangtua dapat mengajak anak ke profesional seperti psikolog untuk mencegah perilaku maladaptif yang mungkin dipikirkan oleh anak untuk mengatasi emosi-emosi negatif yang ia rasakan dari perlakuan *bullying* yang ia terima.

a. Peran Pihak Sekolah

Seperti yang sudah dijelaskan sebelumnya, salah satu penyebab *bullying* terjadi adalah karena iklim sekolah yang kurang mendukung. Iklim sekolah dapat terdiri atas banyak faktor, namun cukup banyak bukti yang menunjukkan bahwa iklim seko-



lah yang positif di mana siswa terlibat dalam pembelajaran dan akan mendorong kesuksesan akademik.

Penelitian yang dilakukan di Virginia High Schools menemukan bahwa iklim sekolah yang dicirikan dengan tingkat *bullying* rendah menjadi prediktor dari kelulusan yang lebih tinggi pada empat tahun berikutnya (dalam AERA, 2013). Sekolah dengan tingkat *bullying* yang tinggi memiliki angka drop out 29% di atas rata-rata, jika dibandingkan dengan sekolah yang tingkat *bullying*nya rendah yang memiliki tingkat *drop out* dari sekolah 28% di bawah rata-rata normal. Hubungan antara iklim sekolah dan tingkat kelulusan juga memiliki hubungan yang kuat seperti layaknya hubungan antara kemiskinan yang dialami siswa dengan tingkat kelulusan. Sekolah dengan disiplin yang baik dan suasana yang suportif akan memiliki *bullying* yang lebih rendah.

Penelitian menunjukkan bahwa Sekolah Menengah yang memiliki ciri dengan level struktur disiplin dan dukungan orang dewasa yang tinggi pada siswa memiliki tingkat *bullying* yang lebih rendah. Sekolah menengah dengan struktur disiplin yang rendah dan dukungan yang rendah memiliki tingkat *bullying* yang lebih tinggi dan bentuk viktimisasi lainnya, seperti perkelahian dengan teman sebaya dan mencuri (dalam AERA, 2013).

Setiap anak harus merasa tenang dan aman di sekolah sehingga semua pihak harus berusaha menciptakan rasa aman tersebut. Orang tua, pihak sekolah dan masyarakat dapat melakukan beberapa hal berikut ini untuk membuat sekolah bebas dari *bullying*, yaitu:

1. Membuat program anti *bullying* yang melibatkan orangtua siswa dan juga masyarakat
2. Mendorong sekolah untuk meningkatkan pemantauan atau supervisi di tempat-tempat dan waktu-waktu di mana *bullying* sering terjadi seperti saat istirahat di lapangan sekolah, di dalam kelas saat guru tidak ada, tempat parkir, cafetaria, dan tempat-tempat lainnya.

3. Membuat buletin anti-*bullying* untuk mensosialisasikan pada semua pihak yang ada di sekolah tentang *bullying*.
4. Meningkatkan fungsi dari konselor sekolah untuk mendeteksi dan melakukan upaya prevensi untuk *bullying*.

Model pencegahan lain dijelaskan juga oleh Rigby (dalam Yusuf dan Fahrudin, 2013), yang menyarankan sepuluh garis panduan bagi sekolah untuk menangani masalah perilaku *bullying* di sekolah. Adapun panduan tersebut antara lain:

- 1) Mendefinisikan perilaku *bullying* dengan jelas dan dapat diterima.
- 2) Memperjelas dan mengakui berbagai bentuk perilaku *bullying*.
- 3) Mengenali apa yang berlaku di sekolah.
- 4) Menyusun rencana tindakan.
- 5) Menyediakan kebijakan *anti bullying*.
- 6) Menyediakan media bagi murid atau kelompok murid tentang apa yang akan dilakukan bagi membantu mereka.
- 7) Mendorong tingkah laku yang dapat mendatangkan pengaruh positif terhadap tingkah laku interpersonal siswa.
- 8) Mengatasi setiap kejadian *bullying* secara bijaksana.
- 9) Menyediakan bantuan kepada murid yang menjadi korban *bullying*.
- 10) Bekerja secara konstruktif dengan pihak lain terutama orang tua atau komite sekolah.

Upaya konstruktif untuk mencegah *bullying* harus melibatkan berbagai pihak termasuk orangtua. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Astuti (2013) di sebuah SMA di Jakarta didapatkan bahwa pembentukan jaringan orangtua di sekolah meningkatkan motivasi orangtua siswa untuk berperan serta dalam upaya penanggulangan *bullying*.

Sebagai tambahan, lingkungan memiliki peran penting dalam pencegahan dan juga penanganan terhadap *bullying*. Pene-



litian yang dilakukan oleh Adilla (2009) menunjukkan bahwa kontrol sosial memiliki peran penting dalam perilaku siswa terutama dalam kaitannya dengan perilaku *bullying*. Dalam penelitian ini, bentuk-bentuk kontrol sosial seperti *attachment*, *commitment*, *involvement*, dan *beliefs* (dalam Adilla, 2009) berperan penting dalam bagaimana seseorang berperilaku sesuai dengan norma sosial yang ada di lingkungannya. Adanya kontrol sosial di sekolah dan lingkungan yang kuat akan membuat siswa tidak melakukan tindakan *bullying*.

III

Bullying di Dunia Olahraga



A. SELAYANG PANDANG *BULLYING* DALAM DUNIA OLAHRAGA

Bullying dalam peranannya tidak memilih situasi dan kondisi, perilaku tersebut bisa saja muncul dalam beberapa *setting* tempat, beberapa bab kita membahas bahwa *bullying* terjadi dalam dunia pendidikan dan menjadikan remaja atau peserta didik sebagai target *bullying*-nya, dalam *setting* lain mungkin menjadikan individu dengan power yang rendah menjadi bahan *bullying*, begitupun dalam dunia olahraga *bullying* tetap memainkan peran dan yang menjadi target *bullying* dalam *setting* ini bisa pemain, wasit, dan lainnya.

Sejatinya dalam dunia olahraga, *bullying* dimulai dengan hal-hal yang sederhana dan cenderung terjadi dalam olahraga berkelompok seperti basket, sepakbola, rugby, dan lainnya. Hal tersebut disebabkan karena tingginya intensitas pertemuan antara anggota kelompok tersebut baik sebelum latihan dimulai, berlangsungnya latihan, setelah latihan dan pada saat pertandingan berlangsung. Selain itu, tingginya intensitas pertemuan membuat individu mengenal satu sama lain secara lebih detail, terkait dengan kekurangan, perbedaan, keanehan yang dimiliki individu yang ada dalam tim. Hal sederhana tersebut kemudian akan dapat menjadi akar atau landasan munculnya *bullying* dalam dunia olahraga.

Dalam olahraga berkelompok atau *sport club* terdapat beberapa jenis *bullying* yang terjadi, baik secara verbal maupun *physical bullying*, dan lainnya. Namun, *bullying* yang cenderung terjadi dalam konteks olahraga adalah *bullying* dalam bentuk verbal berupa penggantian nama individu dengan panggilan yang jelek, kejam, dan memalukan, seperti *gelembung* untuk individu yang memiliki badan cukup besar, *black mamba* untuk individu yang memiliki warna kulit gelap dan besar yang tentunya bertujuan untuk menjatuhkan perasaan individu sebagai target *bullying*.

Meskipun *bullying* verbal mengambil porsi yang cukup besar, namun tidak menutup kemungkinan *bullying* dalam *physical bullying*, juga terjadi. Perilaku *bullying* dalam bentuk kontak fisik dapat berupa menampar, memukul, menendang, mendorong serta tindakan fisik lainnya antara pelaku dengan target *bullying*-nya. *Bullying* pada kategori ini tentu dapat diminimalisasi asalkan adanya pengawasan yang cukup oleh individu yang ada di sekitar.

Selain adanya *verbal bullying*, *physical bullying*, hal lain yang juga menarik untuk dikaji adalah bahwa hari ini kita juga mendengar dan menemukan bahwa dalam dunia olahraga juga terjadi *social bullying*. Hal tersebut dapat berupa upaya dari beberapa orang untuk menggossip atau menceritakan seseorang lalu memermalukannya di depan umum atau di depan rekan setim lainnya. Lebih jauh lagi jenis *bullying* ini berkaitan dengan terjadinya pengucilan oleh kelompok yang mungkin akan di inisiasi oleh individu yang memiliki peran lebih atau kekuatan di dalamnya.

B. PELAKU BULLYING DALAM OLAHRAGA

Kecenderungan pelaku dalam *bullying* secara umum dilakukan oleh individu atau kelompok yang memiliki kekuatan lebih dibandingkan dengan individu lain dalam situasi sosial



atau kelompok. Dalam konteks olahraga, perilaku *bullying* dapat dimunculkan oleh individu yang aktif terlibat dalam olahraga tersebut seperti menjadi pemain yang mengambil peran lebih, lama bergabung dalam kelompok olahraga tersebut atau orang lain yang berkontribusi dalam olahraga tersebut seperti rekan setim, pelatih, dan suporter. Sebuah pandangan dari Leslee A. Fisher and Lars Dzikus (2017) mengatakan bahwa *bullying* adalah masalah relasional dalam dunia olahraga, secara garis besar ia mengatakan bahwa *bullying* juga dapat terjadi dari pelatih ke pemain, orang tua ke pemain dan yang terakhir adalah pemain ke pemain. Kecenderungan perilaku *bullying* yang muncul tersebut terjadi dalam bentuk:

1. Membuat tuntutan kinerja yang tidak masuk akal.
2. Mengulangi ancaman untuk membatasi atau menghapus hak atau peluang target *bullying*.
3. Berteriak yang diarahkan pada target, namun tidak beralasan.
4. Kritik berulang dan terus-menerus terhadap kemampuan atlet.
5. Mengabaikan atau menyangkal pencapaian target.
6. Menyalahkan target karena kesalahannya.
7. Ancaman dan-atau kekerasan fisik aktual terhadap target.
8. Media sosial atau pesan email dengan ancaman atau penghinaan terhadap target.

Beberapa pendapat lain dari Sherri Gordon (2020) menyatakan bahwa *bullying* dalam konteks olahraga dapat terjadi dalam beberapa bentuk, antara lain:

1. Menargetkan anggota tim untuk menampilkan performa sebaik yang lainnya.
2. Mengintimidasi pemain yang paling menjanjikan untuk menghilangkan persaingan untuk posisi terbaik dan pusat perhatian.
3. Menargetkan, mengintimidasi, dan memaksa anggota tim



- baru untuk membuktikan bahwa mereka layak menjadi bagian dari tim.
4. Mengeroyok anggota tim karena seseorang yang memiliki kekuatan atau *leader* di tim tidak menyukai salah satu anggota tim.
 5. Menargetkan seseorang karena mereka mendapat lebih banyak perhatian dan pujian dari pelatih atau karena mereka tampaknya menjadi favorit pelatih.
 6. Melecehkan anggota tim saat mereka melakukan kesalahan selama pertandingan.
 7. Mengancam anggota tim untuk melakukan yang terbaik dalam permainan dan praktik karena mereka mungkin mencuri perhatian.

Setelah membaca beberapa pandangan di atas mungkin kita dapat berkaca dan menelaah bahwa yang kita lakukan selama ini bisa dikategorikan sebagai perilaku *bullying*. Secara garis besar penulis mencoba memberikan pandangan baru dan merinci serta memaparkan tiga kategori individu atau kelompok yang melakukan cenderung melakukan *bullying* dalam dunia olahraga, antara lain:

1. *Bullying* oleh Rekan Setim

Olahraga dapat dikategorikan menjadi dua yaitu olahraga yang dilakukan secara individu dan olahraga yang dilakukan secara berkelompok, beberapa penelitian menyatakan bahwa olahraga yang dilakukan secara berkelompok mengundang lebih banyak perilaku *bullying*. Pelakunya tentu oleh rekan setim karena memang terdiri dari beberapa orang dalam kelompok tersebut. Di bawah ini akan dipaparkan beberapa contoh kasus *bullying* oleh rekan setim:

Kasus 1, *bullying* karena kesalahan pemain, "Pada tahun 2011 terjadi pertandingan sepakbola antar pelajar berjenjang yang dimulai dari tingkat kabupaten, provinsi dan nasional. Pada level kabupaten



terjadilah laga final antara sekolah A vs sekolah B. pada babak pertama skor berakhir 1-0 untuk keunggulan sekolah B, namun pada babak kedua Sekolah A mendapatkan kesempatan untuk menyamakan kedudukan melalui tendangan penalti, dan tendangan itu dilakukan oleh pemain berinisial C dan gagal, dan pertandingan pun berakhir dengan skor 1-0 untuk keunggulan sekolah B”

Berkaca pada cerita di atas potensi perilaku *bullying* dari rekan setim sangat besar karena kegagalan yang dilakukan di menit-menit krusial atau pada peristiwa yang genting. Lalu dimanakah *bullying* terjadi? *bullying* terjadi ketika rekan setim menganggap bahwa kegagalan yang diterima atau kekalahan yang diterima adalah murni kesalahan yang dilakukan oleh pemain berinisial MK karena ketidakmampuannya untuk menjebol gawang lawan dengan tingkat rasio keberhasilan 99% melalui penalti.

Perilaku yang muncul saat itu adalah pengucilan (*social bullying*) dan *verbal bullying* (bodoh, goblok, cemen, dsb.) terhadap pemain tersebut baik setelah pertandingan dan berlanjut pada hari-hari berikutnya dalam keadaan normal. Pemain MK harus menanggung sendiri kekecewaan pemain lain padahal pada dasarnya sepakbola adalah olahraga yang dimainkan secara kelompok atau tim. Jika tidak memiliki mental yang cukup tangguh ini akan menjadi efek besar bagi pemain tersebut. Dalam konteks ini mungkin tidak terjadi *physical bullying* karena hal tersebut akan tampak oleh beberapa orang yang ada di sekitar kehidupan MK.

Kasus 2, *Bullying* karena perbedaan, “sebuah penelitian oleh Kentel dan McHugh (2015) secara kualitatif terkait pengalaman delapan wanita muda Aborigin Kanada dalam sebuah tim olahraga. Subjek penelitian yang mengungkapkan terdapat perilaku *bullying* yang dialami dalam tim olahraga tersebut. Penelitian Kentel dan McHugh mencatat bahwa wanita dan remaja Aborigin mungkin sangat rentan terhadap intimidasi atau *bullying* dari rekan setimnya.”

Fenomena *bullying* yang dilakukan seperti kasus di atas mungkin juga sering terjadi dalam kehidupan olahraga kita, pemberian nama berdasarkan identitas diri atau identitas sosial sering dilakukan entah untuk kepuasan sendiri atau untuk melukai orang lain sebagai target dari *bullying*. Pemberian nama *blacky* untuk orang hitam yang ada dalam tim kita, *gendut* untuk orang yang gemuk, *siput* untuk orang yang lambat gerakannya dalam tim kita. Itu menjadi *bullying* dalam bentuk verbal dan paling sering terjadi dalam sebuah tim olahraga. Bagi beberapa orang dengan kondisi psikologis yang kuat mungkin akan menanggapi dengan biasa saja, namun jika terjadi pada individu yang memiliki kemampuan regulasi emosi yang buruk tentunya akan berdampak pada kehidupan olahraganya ataupun pada kehidupannya sehari-hari.

Dalam negara yang heterogen perbedaan menjadi hal yang tidak dapat dielakkan karena semua bercampur dan berbaaur satu sama lain baik dalam kelompok kehidupan sehari-hari maupun dalam kelompok olahraga. Sehingga potensi munculnya *bullying* yang diakibatkan oleh perbedaan sangat mungkin terjadi. Usaha yang bisa kita lakukan adalah dengan mencoba menghargai orang lain dengan apa pun kondisinya, sehingga dalam penerapannya kata *respect* sangat dijunjung dalam dunia olahraga.

2. *Bullying* oleh Pelatih

Pelatih adalah seseorang yang menjadi panutan dan seseorang yang memberikan arahan dan bimbingan bagi anak asuhnya. Esensinya pelatih adalah membantu seorang atlet untuk menampilkan performa terbaik dari atlet tersebut, mendukung dan mendorong atlet untuk bisa berbuat yang terbaik dan menemukan kekuatan terbaik dari atlet. Mayoritas pelatih tentu menjalankan fungsinya dengan baik dan *maximal*, namun hari ini juga dapat kita temukan pelatih yang menerapkan metode yang kurang tepat dalam menangani atlet sehingga bukan



memperbaiki atau memunculkan potensi atlet tapi malah akan memperburuk keadaan. Salah satu fenomena hari ini adalah munculnya *bullying* yang dilakukan oleh pelatih terhadap atletnya sendiri.

Dalam beberapa moment terkadang pelatih lupa atau tidak sadar telah melakukan *bullying* terhadap atletnya. Berlandaskan pada komentar Leslee A. Fisher dan Lars Dzikus (2017) maka dapat kita simpulkan ada beberapa bentuk *bullying* yang dapat dilakukan oleh pelatih terhadap atlet atau anak asuhnya seperti memarahi atlet atau berteriak kepadanya tanpa adanya alasan, kritik berulang terhadap kemampuan atlet, mengabaikan atau menyangkal pencapaian target, menyalahkan target karena kesalahannya, ancaman atau kekerasan fisik aktual terhadap target.

Perilaku yang ditunjukkan pelatih seperti yang disampaikan di atas kadang tidak disadari oleh pelatih, namun hal tersebut bisa menjadi pemicu menurunnya performa atlet tersebut. Pemain cenderung menganggap pelatih tidak memberikan rasa aman dan nyaman terhadap atlet, pelatih tidak menjadi wadah yang baik untuk atlet menumbuhkan dan memperlihatkan kemampuan terbaiknya. Sehingga atlet menjadi kehilangan motivasi untuk latihan dan bergabung dalam sebuah kelompok olahraga tersebut.

Hari ini, seiring dengan majunya zaman dan pola pikir manusia, maka telah banyak terjadi kolaborasi antardisiplin ilmu termasuk psikologi di dalamnya, peristiwa yang dipaparkan mengharuskan psikologi secara umum dan psikologi olahraga secara khusus memberi masukan kepada pelatih-pelatih agar melakukan introspeksi dan evaluasi terhadap gaya kepelatihan dan metodenya dalam melatih atlet. Metode lama dengan memarahi atlet dan mengancam atlet tidak cocok dan efektif lagi untuk atlet memunculkan kemampuannya.

3. *Bullying* oleh Suporter

Perilaku *bullying* dari suporter terhadap atlet lebih terbuka karena difasilitasi oleh mudahnya akses untuk melakukan hal tersebut dalam bentuk komentar baik dalam kondisi pertandingan atau merambah pada pesan yang disematkan di media sosial masing-masing atlet. Dalam konteks ini jarang terjadi *physical bullying* namun *verbal bullying* sangat mungkin terjadi. Jika kita berkaca pada tahun-tahun sebelum internet menguasai dunia, maka *bullying* yang tampak hanya seperti teriakan para suporter ketika target bermain atau mengeluarkan suara-suara aneh seperti suara monyet atau suara cibiran seperti (uuuu) dan lain lain. Biasanya terjadi pada pemain yang memiliki kekurangan atau pemain yang menjadi bintang dalam laga tersebut, tujuan *bullying*-nya dapat beragam tergantung cara penyampaian *bullying*-nya.

Sebuah fenomena yang mungkin sering kita temukan dalam pertandingan sepakbola di beberapa negara Eropa, di mana *bullying* oleh suporter cenderung terjadi seperti yang dialami oleh Baloteli, Kevin Prince Boateng, Dani Alves saat pertandingan sepakbola. Bentuk *bullying* yang dilakukan adalah dengan melemparkan pisang ke arah pemain yang melambungkan bahwa pemain tersebut adalah monyet, menirukan suara monyet ketika pemain memegang bola dan sebagainya.

Sifat *bullying* oleh suporter bisa terjadi dua arah, *pertama* *bullying* oleh suporter klub itu sendiri yang berlandaskan pada ketidakpuasan suporter karena buruknya performa pemain/tim di dalam lapangan pertandingan. *Kedua*, yang dilakukan oleh suporter lawan, hal tersebut dikarenakan menonjolnya penampilan sebagai pemain sehingga menjadi ancaman yang cukup besar bagi tim yang mereka *support*, mereka melakukan *bullying* dengan harapan dapat memberi efek buruk bagi pemain sehingga menurunkan atau mengacaukan penampilan mereka saat pertandingan.



Lebih jauh lagi, penulis mencoba mengutip sebuah tulisan dari Putri Ramadhani (2019) yang mengangkat tulisan kejarnya sepakbola dunia dengan *bullying* di dalamnya. Ingatkah kamu dengan sosok Moacir Barbosa? Pria setinggi 174 sentimeter itu adalah kiper tim nasional Brasil pada Piala Dunia 1950. Turnamen yang kemudian dijuarai oleh Uruguay. Barbosa lantas dikambinghitamkan oleh publik Brasil karena kegagalannya mengantisipasi gol Alcides Ghiggia yang membuat Uruguay unggul. Di negara yang menganggap sepak bola sebagai suatu hal yang suci, Barbosa tak lagi dipandang sebagai manusia, melainkan dosa yang tidak boleh lagi terlihat.

C. MEMUTUS RANTAI *BULLYING* DALAM DUNIA OLARHAGA DAN SOLUSINYA

Fenomena *bullying* dalam konteks olahraga akan menjadi masalah baru kedepan, karena dengan kemajuan zaman tampaknya berdampak kepada munculnya *unethical behavior* atau perilaku yang tidak etis. Pada penjabaran bab ini kita akan memilah dua kategori besar memutus rantai *bullying* dan penguatan terhadap korban *bullying* tersebut dalam konteks olahraga. *Pertama*, kita akan menyinggung bagaimana jika *bullying* terjadi dalam dunia olahraga dalam konteks remaja dan anak-anak, *kedua*, kita akan membahas bagaimana jika *bullying* dalam konteks olahraga profesional.

1. *Bullying* dalam Olahraga Anak-anak

Ketika kita memasukkan anak atau anggota keluarga dalam sebuah cabang olahraga, maka yang kita harapkan adalah anak-anak akan merasa senang, bahagia, mendapatkan teman baru, sebuah pembelajaran baru, dan sebagainya. Namun hari ini, harapan tersebut bisa saja berbalik menjadi sesuatu hal yang menakutkan, hal buruk yang juga dapat terjadi adalah anak-anak akan mendapatkan sebuah perlakuan yang dapat memilukan



hati seperti adanya *bullying* yang dilakukan oleh rekan setimnya atau pelatih dan tentunya fenomena itu dapat menghancurkan mental anak.

Lalu Ketika mimpi buruk itu datang, pertanyaan yang pasti menyertainya adalah apa yang harus kita lakukan dan siapa orang yang mungkin bertanggung jawab membantu anak untuk kembali untuk berolahraga kembali. Menurut Sherry Gordon (2020) jika anak-anak Anda menghadapi *bullying* dalam olahraga, berikut adalah beberapa hal yang dapat Anda lakukan untuk membantu mengakhiri situasi tersebut:

a. Dengarkan Anak Anda

Ketika membahas insiden *bullying*, penting mengajak anak bicara dan biarkan ia bercerita. Cari tahu apa yang terjadi dan tanyakan apa yang ia rasakan terkait peristiwa *bullying* tersebut. Pastikan Anda juga bertanya apa yang ingin ia lakukan, tujuannya bukan untuk mengambil alih tetapi untuk membiarkan anak mencari cara untuk menguatkan dirinya sendiri.

b. Memberdayakan Anak Anda

Berikan anak-anak cara untuk menghadapi *bullying* tersebut seperti menghindari, memberitahu orang dewasa, atau memberitahu pelaku intimidasi dengan suara keras agar berhenti melakukan *bullying* seperti anak akan mengatakan, "Aku sudah muak dengan drama Anda. saya hanya ingin bersenang-senang. Hentikan sekarang!" Beritahu mereka dengan ide-ide tentang bagaimana menangani situasi sulit ini. Ajari mereka cara mempertahankan diri dari pelaku *bullying* dan cara menghadapi pelaku *bullying*. Memberitahu pelaku *bullying* untuk berhenti membutuhkan keberanian, tetapi itu adalah tindakan terbaik yang dapat dilakukan anak-anak ketika menangani pelaku intimidasi di lapangan.



c. Buat Komitmen untuk Membantu Menyelesaikan Masalah, Tetapi Juga Perhatikan Keinginan Anak Anda

Itu selalu merupakan ide yang baik untuk meminta pendapat anak sebelum memberitahu pelatih. Terkadang anak akan takut akan pembalasan dan kita harus peka terhadap masalah ini, saat menangani masalah tersebut, ada baiknya kita bekerja sama dengan anak untuk menghasilkan beberapa solusi terbaik.

d. Ubah *Bullying* Menjadi Peluang untuk Memperkuat Keterampilan Membentengi Diri

Dorong anak untuk berbicara dengan pelatih tentang *bullying* (daripada melakukannya untuknya). Lebih baik kita mengajarkan anak untuk bisa berbicara dengan pelatih terkait apa yang mereka alami, *bullying* apa yang dia terima dan sebagainya daripada kita harus memberitahu pelatihnya tentang tersebut. Secara tidak langsung kita juga sudah mengajarkan pelajaran baru kepadanya yaitu tentang kepercayaan diri.

e. Jangkau Pelatih

Langkah selanjutnya yang bisa kita lakukan adalah meminta pelatih untuk membahas *bullying* tersebut. Dengan mengadakan pertemuan tatap muka, menunjukkan bahwa kita berkomitmen untuk menyelesaikan masalah ini.

f. Tanyakan Kepada Pelatih Bagaimana Penindasan Akan Ditangani

Pastikan pelatih tahu bahwa tujuan kita adalah agar anak merasa aman di tim lagi. Tanyakan langkah apa yang akan diambil pelatih untuk memastikan keselamatan anak, pastikan pelatih menyadari bahwa meskipun *bullying* berhenti, hanya berada di sekitar si pem-bully masih dapat menyebabkan anak Anda stres dan cemas. Cari tahu bagaimana situasi ini akan ditangani.

g. Tindak Lanjuti dengan Pelatih untuk Memastikan Bahwa *Bullying* Telah Diselesaikan

Jika *bullying* belum diselesaikan, atau jika pelatih tidak menanggapi situasi dengan serius, dan jika masih tidak menyelesaikan masalah, mungkin perlu mengeluarkan anak dari situasi tersebut. Mengeluarkannya dari tim tersebut dan memasukkannya ke dalam tim yang baru atau menghentikan cabang olahraga anak untuk sementara, merupakan beberapa solusi yang akan menjadi tawaran yang menarik. Pertanyaan baru muncul, bisakah anak bermain di tim yang berbeda? Memberikan pilihan kepada anak adalah pilihan terbaik yang bisa dilakukan.

Pada olahraga kategori anak-anak dan remaja pelatih memainkan peran lebih dari sekadar melakukan tugas kepelatihan, tetapi juga menjadi kontrol bagi anak asuhnya agar berbagai perilaku yang tidak diharapkan muncul. Hal tersebut dikarenakan pelaku *bullying* pada kategori ini cenderung hanya dilakukan oleh teman dalam tim tersebut, maka perlu pengawasan dari pelatih. Untuk itu pelatih mengemban tanggung jawab sebagai palang pintu agar perilaku *bullying* tidak muncul dan sebagai penengah ketika perilaku itu telah hadir.

2. *Bullying* yang Terjadi pada Olahraga Profesional

Dari beberapa cabang olahraga yang ada, sepakbola tampaknya menjadi olahraga yang banyak diperbincangkan terkait *bullying*, karena dalam sepak bola perilaku itu jelas terjadi. Menjadi olahraga paling digemari di seluruh dunia membuat semua sorotan ada dalam dunia sepak bola termasuk *bullying* yang ada di dalamnya. Perilaku *bullying* dalam olahraga profesional muncul dari dua sisi, pertama dari suporter dan kedua dari lawan bertanding. Lalu apa upaya yang bisa kita lakukan untuk memutus rantai *bullying* dalam olahraga profesional.



a. Edukasi Terhadap Masing-masing Suporter

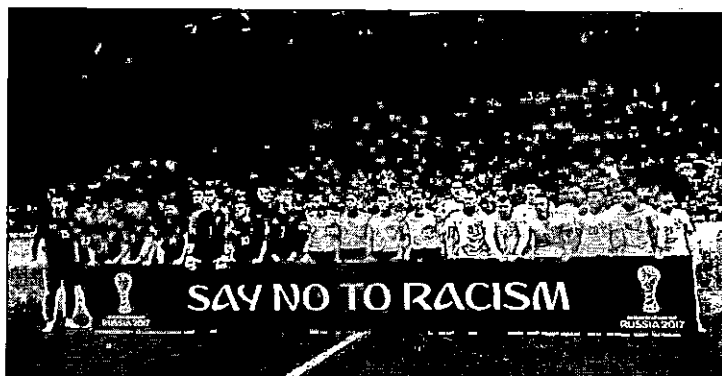
Umumnya *bullying* yang dilakukan oleh suporter terjadi karena ketidakpuasan terhadap performa pemain saat bertanding. Edukasi terhadap suporter untuk menerima setiap hasil pertandingan dan menurunya performa pemain di lapangan dirasa perlu dan penting dilakukan agar terciptanya iklim yang bagus dalam berolahraga. Suporter yang cerdas adalah yang menjalankan fungsinya sebagai suporter yaitu untuk mendukung tim kebanggaan atau pemain andalan mereka bukan malah menjatuhkan tim sendiri, pun perilaku tersebut juga tidak boleh muncul untuk tim lawan. Indonesia sendiri memiliki basis suporter yang cukup bagus dalam berbagai cabang olahraga seperti sepakbola sebagai olahraga yang paling banyak digemari dan badminton sebagai olahraga yang paling banyak menyumbang prestasi. Sehingga dengan berlandaskan basis suporter yang kuat tadi kita perlu memberikan edukasi yang tepat untuk mengembalikan hakikat fungsi dan tujuan suporter.

b. Kampanyekan dalam Setiap *Event* Olahraga

Dalam upaya untuk melemahkan perilaku *bullying* dalam olahraga kita dapat menyematkan pesan tersebut dalam berbagai pergelaran acara olahraga.

Beberapa gambar berikut ini menyampaikan sederhana bahwa mari kita berperang dalam melawan *bullying*. Fenomena *bullying* yang nyaring terdengar dalam dunia olahraga adalah bentuk fisik yang paling tampak seperti warna kulit. Di mana masih terdapat sebuah pandangan bahwa manusia dengan kulit berwarna hitam adalah kelompok masyarakat kelas dua dan kulit putih adalah kelompok masyarakat kelas satu, hari ini hal tersebut masih terjadi di olahraga dunia dan tidak hanya suporter yang melakukan pandangan tersebut namun juga beberapa pemain atau atlet itu sendiri. Sehingga melakukan kampanye seperti gambar di atas perlu dilakukan untuk menanamkan sikap terhadap masyarakat, suporter maupun atlet itu sendiri untuk

tidak melakukan *bullying* dalam konteks *racism* di mana pun termasuk dalam olahraga.



GAMBAR 2. bentuk kampanye anti-*bullying* dalam dunia olahraga.
Gambar diambil dari www.euractiv.com



GAMBAR 3. Bentuk kampanye anti *bullying* dalam dunia olahraga.
Gambar diambil dari www.washingtonpost.com

3. Ganjaran bagi Pelaku *Bullying*

Transformasi kemajuan dunia olahraga berlanjut dan cenderung lebih mengarah kepada status negaranya. Negara maju



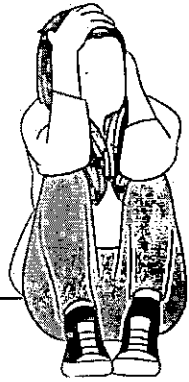
cenderung lebih baik dalam pengelolaan olahraga juga dengan sikap dan perilaku pelaku olahraga di dalamnya jika kita bandingkan dengan negara berkembang. Hal tersebut juga berkaitan dengan waktu yang terus bergerak maju, misal kita berbicara mengenai perilaku suporter dan pemain sepakbola di Inggris. Beberapa dekade ke belakang sepakbola di Inggris cukup buruk dengan segala macam kekerasan di dalamnya, rusuh antar-suporter, pemain menendang suporter bahkan pukul-memukul antarpemain.

Namun, seiring berkembangnya zaman dan melalui banyak waktu maka sepakbola Inggris menjadi salah satu liga panutan di dunia dengan hidupnya suporter dengan berdampingan, sepakbola yang indah dan *fair play*. Hal tersebut karena beberapa usaha yang dilakukan dan aturan yang dikeluarkan oleh pihak klub. Salah satunya adalah larangan datang ke stadion seumur hidup jika terlibat kerusuhan bagi suporter dan larangan bertanding bahkan dikeluarkan oleh klub jika melakukan gerakan dengan sengaja untuk mencederai pemain lawan bagi pemain.

Sehingga *punishment* terkadang juga dirasa perlu untuk melemahkan perilaku *bullying* dalam dunia olahraga karena menanggapi seriusnya permasalahan perilaku ini muncul. *Punishment* terhadap individu yang melakukan *bullying* dalam olahraga bisa saja disandingkan dengan beberapa perilaku *unethical* lainnya dalam olahraga seperti penulis ceritakan di atas. Dengan kecanggihan teknologi yang dipunya hari ini ditambah dengan banyaknya kamera yang dapat mendeteksi perilaku *bullying* ini muncul bukan tidak mungkin strategi *punishment* ini akan berhasil untuk melemahkan perilaku tersebut. Pekerjaan rumah bagi pengambil kebijakan dalam dunia olahraga hanya menyadur dan menyaring aturan yang dapat diterapkan dalam menangani perilaku *bullying* dalam dunia olahraga. Berkaca pada aturan sebelumnya dan menyempurnakan juga bisa menjadi solusi untuk memutus rantai *bullying* dalam dunia olahraga.

IV

Bullying di Dunia Kerja



Anton merupakan seorang karyawan di salah satu perusahaan swasta, ia setiap hari bekerja dengan sungguh-sungguh agar mendapatkan perhatian dari atasannya agar ia bisa dipromosikan ke jabatan yang lebih tinggi. Suasana di tempat Anton bekerja sangat bersahabat. Namun pada suatu hari ada seorang teman yang mulai menertawakan Anton, karena satu kesalahan kecil yang dibuat oleh Anton yaitu ia terjatuh di ruangan *pantry* karena lantainya yang licin. Pada hari itu, Anton ditertawai habis-habisan karena tidak saja dia terjatuh tetapi ia juga merobek celananya pada saat terjatuh. Kejadian ini membuat tawa teman-teman Anton semakin pecah hingga keesokan harinya. Panggilan si celana robek pun mulai melekat kepada Anton dan membuat Anton menjadi malu dan merasa tidak nyaman. Setiap bertemu Anton, teman-temannya akan selalu menyapanya dengan sebutan celana robek. Hal ini menjadi lebih parah ketika Anton sedang presentasi di depan atasannya, teman-temannya tetap memanggil celana robek dan menertawainya hingga atasannya pun ikut mengucapkan hal yang sama. Kondisi seperti ini membuat Anton merasa tidak nyaman berada di kantor. Pekerjaan yang selama ini dapat diselesaikan dengan baik pun menjadi terbengkalai dan berantakan. Tanpa disadari ternyata Anton merasa stres dengan lingkungan pekerjaannya saat ini dan membuat semua pekerjaan baik yang telah ia bangun menjadi berantakan.

Sepeinggal cerita di atas menggambarkan bagaimana sebuah candaan kecil bisa menjadi akar dari permasalahan yang lebih besar. Apakah kita familiar dengan kejadian seperti ini? Candaan atau olok-olokan itu ternyata tidak hanya terjadi pada anak-anak saja dan di-setting sekolah saja. Tempat kerja yang terdiri atas orang-orang dewasa yang sudah memiliki akal dan pemikiran yang bagus dan matang pun ternyata masih memiliki kejadian *bullying*. Cerita di atas merupakan salah satu gambaran kejadian *bullying* yang mungkin terjadi di dunia kerja. Mungkin saja hal ini sebenarnya terjadi di sekitar kita, namun apakah kita menyadarinya? Atau malah mengabaikannya?

Sebagaimana yang telah dijelaskan pada bab-bab sebelumnya, *bullying* sering terjadi pada orang-orang yang tidak memiliki kekuatan dan dilakukan oleh orang yang memiliki kekuatan. Dengan kata lain, *bullying* terjadi jika adanya *gap* kekuatan antara pelaku dan korban.

A. BERBAGAI DEFINISI *BULLYING* DI DUNIA KERJA

Bullying yang dilakukan di tempat bekerja ini dikenal dengan istilah *workplace bullying*. Sebelum istilah ini dikenal, banyak yang menganggap *bullying* di dunia kerja merupakan hal yang tidak biasa dibahas, baik pada penelitiannya maupun pada kehidupan nyata di tempat kerja. Kemudian perilaku ini mulai marak dibahas sejak tahun 1990-an yang mana ditandai dengan munculnya penelitian-penelitian terkait dengan *bullying* di dunia kerja ini.

Fenomena ini tidak hanya dikenal sebagai *workplace bullying* atau *bullying* di dunia kerja. Beberapa ahli yang berasal dari berbagai negara memiliki istilahnya masing-masing, di antaranya adalah *mobbing* (intimidasi); *bullying* (perundungan); *victimization* (pembobongan); dan *psychological terror* (teror psikologis). Meskipun demikian, sebenarnya istilah tersebut mengarah pada kejadian dan perilaku yang sama, yaitu perlakuan tidak pantas/



tidak sesuai yang dilakukan oleh atasan, sejawat atau bawahan secara terus menerus dan dapat menyebabkan gangguan psikis dan fisik pada korban (Zapf, Knorz, & Kulla, 1996).

Istilah *mobbing at work* pada akhirnya diadaptasi pada negara Jerman, Belanda dan negara Skandinavian seperti Norwegia, Swedia dan Finlandia. Pada negara Skandinavian, istilah *mobbing* biasanya digunakan untuk menggambarkan situasi di mana seseorang mengalami perlakuan tidak pantas secara rutin dan berkelanjutan yang terjadi di tempat kerja dan dilakukan oleh rekan sejawat, bawahan atau atasan (Ståle Einarsen, 2000). Sementara negara lainnya memilih untuk menggunakan istilah *workplace bullying* yang juga menggambarkan kejadian serupa yang dapat dialami oleh siapa saja di tempat kerjanya.

Bullying di dunia kerja merupakan kejadian berulang dan menetap yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok orang untuk menyiksa, menyakiti atau menyalahkan seseorang (Brodsky, 1976; Rayner & Hoel, 1997). Selain itu, Rigby (2002) dalam bukunya *New Perspective on Bullying* menyatakan bahwa *bullying* di dunia kerja merupakan tindakan negatif yang berulang dan terus-menerus dan ditujukan pada satu atau lebih individu, yang mengakibatkan terjadi lingkungan kerja yang tidak nyaman. Berdasarkan hal tersebut ia juga mengatakan bahwa *bullying* ini melibatkan adanya keinginan dari seorang *bully* (pelaku *bullying*) untuk melukai dan menyakiti rekan kerjanya dan diikuti dengan adanya perasaan tertindas yang dirasakan oleh korban. Tak hanya itu, pada peristiwa *bullying* juga terdapat ketidakseimbangan kekuatan di mana pelaku *bully* biasanya memiliki lebih kekuatan yang lebih besar dibandingkan dengan korban *bully* sehingga menyebabkan pelaku semakin mudah untuk melakukan *bullying*.

Selain kedua pendapat yang telah disampaikan sebelumnya, (Nielsen & Einarsen, 2018) menjelaskan bahwa *bullying* di dunia kerja merupakan kejadian yang tidak biasa dan sangat merugikan sebagai bentuk perilaku agresi yang terjadi di ling-

kungan pekerjaan. Beberapa bentuk perilaku agresi tersebut seperti berperilaku tidak sopan (*incivility*) dan gangguan secara sosial yang menjadi penyimpangan. Namun dengan intensitas rendah, terjadi secara tidak teratur dan berkala yang biasanya melibatkan perilaku yang bertujuan untuk menyakiti target atau korbannya. Akella (2016) menambahkan *bullying* di dunia kerja sebagai tindakan atau perilaku negatif dan menyakiti (fisik, verbal atau intimidasi psikologis) yang terjadi secara berulang, dilakukan dengan memberikan kritikan, atau penghinaan yang menyebabkan ketakutan, tekanan, atau melukai seorang individu.

Berdasarkan definisi dari beberapa ahli tersebut, dapat dikelompokkan bahwa terdapat empat ciri penting dalam mendefinisikan *bullying* di dunia kerja. Ciri penting tersebut adalah (1) dilakukan oleh rekan kerja yang memiliki level yang sama, atasan atau bawahan; (2) perlakuan yang tidak pantas/tidak etis terhadap individu; (3) memiliki tujuan untuk menyakiti individu lain yang lebih lemah (ketidakseimbangan kekuatan); (4) terjadi secara terus-menerus dan berulang. Ciri pertama tersebut merupakan ciri pembeda yang membedakan *bullying* di dunia kerja dengan konsep *bullying* lainnya.

B. KASUS *BULLYING* DI DUNIA KERJA

Kesejahteraan karyawan merupakan salah satu hal yang perlu diperhatikan oleh perusahaan atau organisasi. Dengan memberikan iklim kerja yang aman, nyaman dan suportif tentunya dapat meningkatkan produktivitas kerja dari karyawannya. Namun, hal ini menjadi terganggu jika pada perusahaan tersebut memiliki iklim yang justru malah membuat karyawannya menjadi tidak nyaman. Salah satu iklim tidak nyaman yang mungkin terjadi adalah adanya kasus *bullying* yang dapat membahayakan bagi korban dan juga orang yang berada di sekitar lingkungannya.

Selama dua dekade terakhir ini, penelitian tentang *bullying*



di dunia kerja menjadi salah satu topik menarik yang dibahas. Hal ini disebabkan oleh, semakin maraknya terjadi *bullying* di dunia kerja baik yang secara terang-terangan maupun yang tersembunyi atau tidak disadari. Maraknya kejadian ini didukung oleh survei yang dilakukan oleh *Workplace Bullying Institute* pada tahun 2017 yang menunjukkan bahwa 19% orang Amerika mengalami *bullying* di tempat kerja, 19% lainnya sebagai *bystander* (menyaksikan *bullying*) dan sisa 63% menyadari adanya perilaku *bullying* di tempat kerja (Namie, 2017).

Hasibuan (2020) dalam tulisannya di CNBC Indonesia mengatakan terdapat dugaan kasus perundungan di dunia kerja yang dilakukan oleh salah satu host kenamaan dunia yaitu Ellen DeGeneres. Melalui berita tersebut disampaikan bahwa terdapat 11 mantan karyawannya yang berani untuk membuka suara mengenai perlakuan tidak menyenangkan yang mereka terima. Salah seorang narasumbernya mengatakan bahwa ia sudah berurusan dengan kasus *bullying* di tempat kerjanya selama lebih kurang 1,5 tahun. Ia kerap menerima komentar bernada rasis dari tempat ia bekerja tersebut. Ellen DeGeneres juga dilaporkan melalui Twitter oleh komedian Kevin T. Porter mengenai hal jahat yang pernah dilakukan kepada pengikut Twitternya.

Selain itu, melalui BBC Capital Lufkin (2020) menyampaikan bahwa komentar atau pertanyaan singkat dan tindakan yang tidak menyenangkan sering kali terjadi saat ini tanpa disadari oleh si pelaku yang ternyata dapat menyebabkan orang yang menjadi korbannya merasa terpinggirkan dan terasingkan. Salah satu komentar tersebut di antaranya adalah “Bisakah saya bertemu dengan atasan Anda?” Pertanyaan yang terlihat biasa saja, tapi ketika disampaikan kepada seorang CEO perempuan pertanyaan ini mungkin dapat membuat ia merasa tidak nyaman. Selanjutnya pertanyaan yang disampaikan kepada perawat laki-laki, “wah, tidak setiap hari ya kita bisa bertemu dengan perawat laki-laki” atau pertanyaan kepada orang yang tidak berkulit putih di sebuah kantor di Amerika yang keba-

nyakan karyawannya berkulit putih, "Jadi anda berasal dari mana? Maksud saya, dari mana sesungguhnya Anda berasal?" Pertanyaan ini kerap diberikan kepada orang yang tidak berkulit putih dan mengaku bahwa dia berasal dari Amerika. Walaupun pertanyaan-pertanyaan tersebut sebenarnya bersifat klise atau tidak penting, tapi hal itu tentu saja dapat menyakiti hati orang yang mendengarkannya.

Berdasarkan hasil survei dan beberapa contoh yang telah dipaparkan terlihat jelas bahwa kasus *bullying* di dunia kerja ini ternyata masih sangat marak terjadi. Sebagian di antaranya bahkan ada yang tidak menyadari bahwa di sekelilingnya terdapat korban *bullying*.

C. JENIS PERILAKU PADA *BULLYING* DI DUNIA KERJA

Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dilakukan, jenis perilaku pada *bullying* di dunia kerja ini dapat dikelompokkan menjadi dua kelompok besar yaitu *bullying* yang terkait dengan pekerjaan (*work-related bullying*) dan *bullying* yang terkait dengan individu (*person-related bullying*) (Cowan, 2009). Namun, ada juga ahli lain yang membagi menjadi tiga kelompok besar seperti Staale Einarsen, Hoel, & Notelaers (2009), dengan pembagian *work-related bullying*, *person-related bullying*, dan sebagai tambahan adalah intimidasi fisik (*physical intimidation*).

Berdasarkan kajian pustaka yang telah dilakukan oleh Hidayati (2016) *Work-related bullying* merupakan *bullying* yang dilakukan berhubungan dengan pekerjaan dari korbannya. Kemudian, *bullying* yang dikaitkan dengan individu yang menjadi korban biasanya terjadi bila pelaku memiliki masalah interpersonal dengan korbannya dapat disebut sebagai *person-related bullying*. Berdasarkan penjelasan tersebut dapat dikelompokkan bahwa perilaku *bullying* yang berhubungan dengan pekerjaan seorang individu, meliputi memberikan tugas yang berlebihan atau semena-mena, selalu menyalahkan atau tidak



memberi apresiasi terhadap hasil pekerjaan yang dilakukan. Selanjutnya, perilaku *bullying* yang berhubungan dengan individu lainnya, seperti menghina, memberikan kritik yang tidak logis, menyebarkan informasi yang salah dan perilaku lainnya yang dapat menyakiti individu di tempat kerja.

Berbeda dari pendapat sebelumnya, Oade (2009) dalam bukunya yang berjudul "*Managing workplace Bullying: How to identify, respond to and manage Bullying behaviour in the workplace*" membagi perilaku *bullying* ke dalam beberapa kategori sebagai berikut:

1. *Bullying* secara verbal, merupakan *bullying* yang dilakukan dengan menggunakan kata-kata yang tujuannya menyakiti atau mengintimidasi korban. Contoh perilakunya adalah memanggil rekan kerja dengan menggunakan panggilan yang tidak ia senangi, membicarakan hal yang buruk tentang rekan kerja dengan tujuan menjatuhkan reputasinya, melontarkan komentar-komentar kasar atau menghina dan secara sengaja menegur rekan kerja di depan orang lain yang dapat membuat ia merasa malu atau tidak nyaman.
2. *Bullying* secara nonverbal, merupakan perilaku tidak sesuai yang dilakukan tanpa menggunakan kata-kata atau menggunakan bahasa yang lainnya. Perilakunya meliputi memberikan sinyal-sinyal atau kode-kode tertentu kepada rekan kerja, seperti tertawa di setiap dia berbicara, memberikan tatapan yang lama dengan maksud mengejek, memperlihatkan postur mengancam dengan meletakkan tangan di pinggang atau memberikan kepalan tangan pada saat berbicara dengan rekan kerja tersebut.
3. *Bullying* praktis, yang dimaksudkan dengan kategori ini adalah perilaku *bullying* yang mudah dilakukan dalam kehidupan sehari-hari bahkan tanpa disadari salah satu dari kita ada yang pernah melakukannya. Perilaku tersebut meliputi, menggunakan lelucon yang dapat mempermalukan rekan kerja di depan rekan kerja yang lainnya, menyembunyikan,

memindahkan atau menjatuhkan barang-barang yang dimiliki dan mengirim pesan-pesan yang dapat menghina rekan kerja tersebut.

4. *Bullying* yang berhubungan dengan kinerja, perilaku ini merupakan tindakan yang tidak etis yang berhubungan dengan kinerja yang rekan kerja yang menjadi korban tersebut. Misalnya, secara terus-menerus memberikan kritikan yang tidak beralasan kepada rekan kerja yang berhubungan kinerjanya, memberikan pekerjaan dengan jumlah yang sangat banyak dengan tujuan agar dia gagal dalam mengerjakannya, secara konsisten mengabaikan berbagai input atau masukan yang diberikan oleh rekan kerja tersebut, dan lain sebagainya.

Jenis perilaku *bullying* yang telah dipaparkan sebelumnya mungkin belum mencakup semua yang terjadi pada kondisi sebenarnya. Namun, hal ini bisa dijadikan acuan bagi kita apakah kita termasuk kategori pelaku atau korban.

D. PELAKU *BULLYING* DI DUNIA KERJA

Branch, Ramsay, & Barker (2013) mengelompokkan *bullying* berdasarkan kepada pelakunya. Berdasarkan hal tersebut dapat kita simpulkan bahwa ternyata perilaku *bullying* ini tidak hanya dilakukan oleh atasan terhadap bawahan saja. Sebagaimana yang kita ketahui, atasan memiliki kekuatan yang lebih besar dibandingkan bawahannya sehingga terdapat kemungkinan di mana atasan dapat menyalahgunakan kekuatan yang ia miliki untuk mengintimidasi karyawannya. Namun, kenyataannya pelaku dan korban *bullying* ini tidak memandang siapa yang memiliki jabatan yang lebih tinggi atau lebih rendah. Selama individu tersebut merasa memiliki kekuatan yang lebih besar dari individu lainnya, ia dapat menjadi pelaku *bullying* dan sebaliknya. Berdasarkan sebuah survei yang dilakukan oleh Hoel dan Copper (2000) di UK dan Australia, diketahui bahwa perilaku



ku *bullying* paling banyak dilakukan oleh manajer (sekitar 75%), diikuti dengan sejawat (37%), kemudian bawahan (7%) dan klien (8%). Oleh sebab itu, kategori perilaku *bullying* diklasifikasikan berdasarkan kepada pelakunya sebagai berikut:

1. *Downwards Bullying*

Sesuai dengan artinya *downward* yaitu ke bawah. *Bullying* ini dilakukan oleh atasan terhadap bawahannya. Kejadian ini mungkin termasuk kejadian yang cukup banyak terjadi, karena dengan menjadi atasan yang memiliki *power* yang lebih besar membuat pelaku memiliki kemungkinan yang lebih besar melakukan *bullying*. Misalnya ketika seorang karyawan yang datang membawakan proposal yang terkait dengan ide untuk suatu proyek dan atasannya malah membuang proposal tersebut tanpa membacanya terlebih dahulu, atasan yang sering marah tanpa ada alasan yang jelas, terlalu mengontrol, menghambat pekerjaan, memandang sebelah mata atau membuat karyawannya menjadi dikucilkan. Kejadian berikut adalah beberapa contoh perilaku *bullying* yang mungkin dilakukan oleh atasan terhadap bawahannya.

2. *Horizontal Bullying*

Pelaku pada *bullying* horizontal ini adalah rekan kerja atau teman sejawat dari korban *bullying* itu sendiri. Hal ini sebenarnya juga sering terjadi. Mengingat terkadang ada persaingan antara rekan kerja. Salah satu bentuk *bullying* yang mungkin dilakukan adalah dengan menyebarkan rumor yang tidak benar mengenai karyawan tertentu, mem-bentak atau menyuruh sejawatnya secara berlebihan atau selalu membuat si teman kesulitan dalam membuat tugas yang seharusnya dikerjakan berkelompok.

3. *Upwards Bullying*

Pelaku dari *bullying* kategori ini adalah bawahannya yang biasanya merupakan kelompok yang tidak memiliki kekuatan dan yang menjadi korban adalah atasannya. Memang ter-dengar tidak lazim, tapi kondisi seperti ini memang terjadi



meskipun sebenarnya ini masih butuh penelitian lebih lanjut. Hal ini disebabkan oleh banyak penelitian tentang *bullying* selama ini hanya berfokus kepada atasan atau rekan sejawat sebagai pelakunya. Namun begitu, tentu saja *bullying* terhadap atasan ini harus diteliti lebih lanjut. Agar kita bisa melihat *bullying* di dunia kerja dari berbagai aspek.

Menurut (Branch, Ramsay, & Barker, 2008), kasus *bullying* terhadap atasan ini memang jarang terjadi dan sekalipun terjadinya biasanya karena memiliki kasus tertentu. Contohnya, apabila seorang manajer yang seharusnya memiliki kekuatan karena posisinya, berasal dari kelompok minoritas pada kantor tersebut menyebabkan ia merasa diabaikan oleh karyawannya. Ashmore, Jussim, Wilder, dan Heppen (2001, dikutip dari Branch et al., 2008), mengatakan bahwa setiap individu cenderung merasa ingin menjadi bagian anggota kelompok yang baik. Dengan motif seperti ini akan membuat individu tersebut melakukan hal yang dianggap akan menyenangkan semua orang. Kondisi seperti ini yang membuat manajer tadi merasa menjadi kelompok minoritas ketika dia harus mengeluarkan peraturan atau kebijakan yang mungkin tidak disenangi oleh karyawannya. Tak hanya itu, *bullying* ini juga bisa terjadi pada manajer perempuan atau manajer muda yang baru dan belum memiliki pengalaman.

Tidak hanya itu saja, kejadian *bullying* di dunia kerja tidak sesimpel apa yang telah disampaikan sebelumnya. Tak sedikit juga para korban mengalami *bullying* yang dilakukan oleh dua atau lebih kelompok yang berbeda. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh WBI ditemukan ternyata terdapat 37% kasus *bullying* yang dilakukan oleh dua atau lebih kelompok yang berada di level organisasi yang berbeda.



E. BULLYING DI DUNIAKERJADARI BERBAGAI PERSPEKTIF

1. Pelaku *Bullying* (*Perpretator*)

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, *bullying* di tempat kerja dapat dilakukan oleh orang-orang yang berada di tempat kerja tersebut, baik seorang atasan, rekan sejawat maupun bawahannya. Hasil survei yang dilakukan oleh WBI pada tahun 2017, diketahui bahwa 70% pelaku *bullying* di tempat kerja adalah laki-laki dan yang biasanya menjadi korbannya adalah perempuan. Namun, belum terlalu banyak dilakukan penelitian yang berkaitan dengan pelaku *bullying* di tempat kerja ini.

Sesuai dengan survei yang dilakukan oleh WBI pada tahun 2017, beberapa penelitian menemukan bahwa laki-laki lebih sering terlibat dalam perilaku *bullying* jika dibandingkan dengan perempuan. Kemudian, penelitian lain juga menyatakan bahwa pegawai atau pekerja yang memiliki tingkat tekanan pekerjaan yang tinggi dan rendahnya kemandirian dalam bekerja akan lebih cenderung terlibat dalam perilaku *bullying*. Sejalan dengan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat stres yang tinggi dapat menjadi pemicu seseorang untuk menjadi pelaku *bullying*.

Berdasarkan rangkuman dari Einarsen, Hoel, Zapf, & Cooper (2004) perilaku *bullying* muncul disebabkan oleh beberapa hal, yaitu perilaku *bullying* yang muncul karena adanya kecenderungan untuk melindungi harga diri seseorang. Pada umumnya, seseorang yang memiliki harga diri yang tidak stabil akan cenderung menjadi agresif dalam menanggapi hal-hal mengancam yang ada di sekitar mereka. Kondisi seperti ini yang membuat individu melakukan *bullying* terhadap orang lain. *Bullying* dengan penyebab seperti ini biasanya terjadi pada manager yang mana biasanya memiliki sifat yang dominan dalam suatu perusahaan atau tempat kerja, memiliki kemampuan untuk menyampaikan hal yang diinginkan dan memiliki rasa harga diri yang tinggi.

Penyebab berikutnya adalah perilaku *bullying* yang muncul

yang disebabkan oleh kurangnya kompetensi sosial seorang individu. Salah satu aspek sosial yang menjadi penyebab adalah lemahnya kontrol emosional seseorang. Salah satu contohnya adalah ketika seorang supervisor atau atasan memarahi bawahannya dengan cara meneriaki atau menyampaikan kata-kata yang tidak enak didengar. *Bullying* juga bisa terjadi karena seorang individu kurang mampu melakukan refleksi diri dan melihat suatu kejadian dari sudut pandang yang berbeda. Kejadian *bullying* ini dipersepsikan berbeda oleh pelaku dan korban. Seorang korban akan cenderung merasakan bahwa pengalaman ini merupakan sesuatu yang dapat ditoleransi jika terjadi beberapa kali, namun dapat menjadi sesuatu yang dapat membuat tidak nyaman jika terjadi berkali-kali. Namun, jika dilihat dari sudut pandang pelaku, pelaku akan merasa bahwa perilaku yang ia lakukan merupakan hal yang biasa dan akan merasa terkejut begitu mengetahui respons dari si korban yang dianggap berlebihan dan sulit untuk dimengerti.

Penyebab terakhir adalah perilaku ini muncul karena adanya perilaku *micropolitical*. Perilaku *micropolitical* adalah kondisi di mana sebuah organisasi atau perusahaan tidak terdiri atas struktur dan aturan yang telah ditentukan. Anggota dari organisasi ini cenderung akan merasa lebih bebas sehingga ia akan mencoba untuk melindungi dan meningkatkan kemampuan dirinya sendiri di dalam organisasi tersebut. Perilaku *bullying* terindikasi dapat ditimbulkan oleh alasan ini karena individu bekerja tidak hanya berfokus pada tujuan organisasi saja melainkan juga tujuan dari individu tersebut. Hal inilah yang menyebabkan terkadang ada individu yang melakukan tindakan yang tidak nyaman kepada rekan kerja atau bawahannya agar ia dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

2. Korban *Bullying* (Victim)

Berdasarkan hasil survei WBI, mayoritas korban dari perilaku *Bullying* adalah perempuan. Pada situasi *bullying* di tempat



kerja, korban *bullying* laki-laki biasanya cenderung menjadi target dari pelaku laki-laki dan korban perempuan biasanya cenderung ditargetkan oleh laki-laki dan perempuan. Jika dilihat berdasarkan ras, ras hispanik atau Latin cenderung akan mengalami *bullying* yang lebih banyak dibandingkan dengan orang-orang berkulit putih. Tak hanya itu, etnis minoritas juga cenderung lebih banyak di-*bully* jika dibandingkan dengan ras kulit putih. Pada sebuah penelitian pun, etnis minoritas ini memiliki kecenderungan untuk diabaikan di tempat kerjanya jika dibandingkan dengan ras lain.

Einarsen, Hoel, Zapf, & Cooper (2004) mengategorikan beberapa korban dari perilaku *bullying* ini, di antaranya adalah: posisi korban yang terekspos, kelompok korban yang memiliki ketidakmampuan secara sosial dan harga diri yang rendah, dan kelompok orang yang memiliki pretasi yang berlebihan atau yang memiliki konflik dengan norma yang dimiliki oleh kelompok atau organisasi.

Pada kelompok pertama, yaitu posisi korban yang menonjol. Hal yang dimaksud menonjol di sini adalah individu yang memiliki perbedaan tertentu dari suatu kelompok atau organisasi akan memiliki risiko yang lebih tinggi mengalami *bullying*. Berdasarkan beberapa teori, seseorang yang terlihat berbeda dari anggota kelompoknya akan cenderung dilihat sebagai *outsider* oleh anggota kelompok lainnya, sehingga akan memiliki jaringan sosial yang sedikit dan menerima sedikit dukungan sosial dari lingkungannya.

Selanjutnya adalah kelompok individu yang rentan. Kelompok ini biasanya adalah kelompok yang memiliki kompetensi sosial yang rendah dan juga harga diri yang rendah. Individu yang berada pada kelompok ini akan di-*bully* karena biasanya akan merasa tidak mampu untuk menyampaikan pendapatnya, tidak mampu untuk melindungi dirinya sendiri dan tidak mampu menghadapi permasalahan dengan baik.

Kelompok berikutnya adalah kelompok individu yang memi-

liki pretasi yang berlebih dan memiliki konflik dengan norma yang dimiliki oleh kelompoknya. Korban pada umumnya merupakan individu yang memiliki kualifikasi yang tinggi dan berpengalaman sehingga kemampuan yang dimilikinya akan berada *di atas* rekan kerjanya.

F. INTERVENSI UNTUK MENGATASI *BULLYING* DI TEMPAT KERJA

Berdasarkan yang telah dijelaskan sebelumnya, *bullying* merupakan fenomena yang terjadi ketika seseorang mendapatkan perlakuan yang tidak nyaman atau tidak seharusnya. Fenomena *bullying* di tempat kerja tentu saja akan sangat memengaruhi interaksi dan kinerja pada suatu organisasi atau perusahaan, sehingga penting bagi setiap individu untuk memberikan perhatian khusus terkait kejadian ini. Sering kali perilaku *bullying* ini memang tidak disadari oleh individu yang melakukannya, namun ternyata dapat berdampak yang buruk bagi individu yang menjadi korban.

Menciptakan suasana kerja yang aman dan nyaman tentu saja menjadi impian setiap individu dalam organisasi atau perusahaan, sehingga semua orang dapat bekerja dengan baik dan memberikan hasil yang maksimal. Dalam upaya untuk mencari jalan keluar dalam mengatasi *bullying* di tempat kerja, beberapa ahli telah melakukan penelitian hingga menemukan beberapa cara yang dianggap efektif untuk dapat mengurangi fenomena ini di tempat kerja.

Bullying merupakan konflik yang terjadi dalam jangka panjang dan yang mana tidak diatasi dengan baik. Konflik yang terjadi ini cenderung akan mengalami proses peningkatan setiap waktunya, sehingga diasumsikan akan terdapat perbedaan intervensi yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan ini. Berdasarkan artikel yang ditulis oleh Saam (2010) yang terdiri atas penelitian dari berbagai ahli, dapat disimpulkan



bahwa terdapat beberapa metode yang bisa dilakukan untuk mengatasi kasus *bullying* di tempat kerja ini.

Bullying merupakan suatu peristiwa yang terjadi antara dua pihak, yaitu pelaku dan korban, yang menyebabkan hubungan dari kedua pihak ini menjadi terganggu dan didominasi oleh adanya ancaman-ancaman atau perlakuan tidak menyenangkan yang dilakukan oleh satu pihak kepada pihak lainnya. Berdasarkan Model Glasl terhadap peningkatan konflik, pendekatan pertama yang dapat dilakukan untuk mengatasinya adalah dengan melakukan mediasi. Setelah itu, intervensi dapat dilanjutkan dengan melakukan arbitrase yang mana melibatkan pihak ketiga dan kemudian diikuti dengan melakukan konsultasi.

Selain itu menurut model empat tahap yang dikembangkan oleh Fisher dan Keashley, proses intervensi diawali dengan menurunkan konflik yang terjadi antara kedua belah pihak terlebih dahulu. Model ini biasanya digunakan untuk menyelesaikan permasalahan sengketa internasional yang mana kemudian juga digunakan untuk menyelesaikan permasalahan *bullying*. Menurut model Fisher dan Keashly (Ståle Einarsen *et al.*, 2004; Saam, 2010), terdapat urutan intervensi terhadap dalam penyelesaian konflik yaitu *destruction*, *segregation*, *polarization*, dan *discussion*.

Bullying yang terjadi ditempat kerja tidak dapat langsung diatasi dengan cara berdiskusi antara kedua belah pihak. Melainkan harus didinginkan terlebih dahulu secara perlahan. Pada tahapan pertama yaitu *destructive*, hal yang perlu dilakukan adalah mengurangi kekerasan yang terjadi pada korban. Pihak ketiga yang memediasi konflik tersebut berfungsi sebagai pihak yang mendamaikan kedua belah pihak dan memaksa mereka untuk mengikuti norma tertentu yang ada pada organisasi atau perusahaan. Kedua belah pihak juga diminta untuk menyampaikan hal-hal yang dianggap tidak bisa diterima atau mengganggu, bahkan bila perlu pihak yang berkonflik ini dipisahkan terlebih dahulu. Ketika hubungan antara kedua belah



pihak telah membaik, maka dilanjutkan ke tahapan berikutnya, yaitu *segregation*.

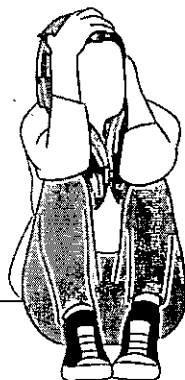
Tahapan kedua ini disebut dengan *segregation* atau pemisahan. Tujuan dari pada tahapan ini adalah untuk meningkatkan hubungan menjadi lebih baik. Pada tahapan ini, kedua belah pihak masih menganggap konflik yang terjadi mengancam identitas dasar dan rasa amannya, sehingga penting adanya pihak ketiga yang mengambil control untuk menahan peningkatan konflik ini. Dibutuhkan adanya mediasi secara arbitrase atau *power mediation*.

Tahapan selanjutnya adalah *polarization*. Pada tahapan ini, konsultasi menjadi hal yang penting untuk dilakukan secara langsung. Setelah pemecahan masalah didapatkan dari kedua belah pihak dan negosiasi telah dilakukan, maka tahapan terakhir akan dapat dilakukan dengan baik. Pada tahapan *discussion*, pihak yang berselisih dapat membangun komunikasi yang baik dan akurat sesuai dengan kenyataannya sehingga permasalahan dapat diselesaikan dengan baik dan kedua pihak menjadi sama-sama memahami.



V

Cyberbullying



Hal ini berkaitan dengan perkembangan teknologi yang sangat pesat saat ini, yang memungkinkan setiap orang untuk mengakses informasi dengan sangat cepat melalui akses internet yang tersedia di berbagai macam media teknologi seperti telepon genggam, tablet atau *personal computer* (PC). Sebelum membahas secara khusus tentang *cyberbullying*, kita akan membahas tentang bagaimana perkembangan teknologi terutama internet memengaruhi perilaku seseorang.

Muncul beberapa dekade terakhir ini, internet telah menjadi sebuah mesin yang sangat besar dan rumit. Ia terdiri dari jaringan yang luar biasa luas dan nyaris menjadi dunia yang tidak terlihat, namun mampu menghubungkan jutaan komputer dan miliaran pengguna di seluruh dunia. Penggunaan komputer di kalangan remaja dan golongan usia lain meningkat dengan sangat cepat dalam beberapa dekade terakhir. Lebih dari 80% remaja Amerika usia 12-17 tahun menggunakan internet dan sebagian besar terhubung *online* setiap hari. Banyak remaja yang merasa lebih menyukai menggunakan internet dibandingkan media lain seperti telepon, televisi, dan radio. Semakin banyaknya waktu yang dihabiskan oleh remaja menggunakan internet, semakin pentingnya juga untuk mewaspadai efeknya terhadap perilaku, *well-being* dan perkembangan remaja tersebut.

Internet sebagai salah satu lingkungan sosial baru penting untuk dikaji secara kritis karena menyangkut masalah yang

berkaitan dengan pembentukan identitas remaja, seksualitas dan harga diri yang dijelajahi di dunia maya (Subrahmanyam *et al.*, 2006). Dalam konteks sosial, internet memberikan berbagai fungsi komunikasi seperti *email*, *instant messaging (IM)*, *chat*, *social media*, dan *blogs* yang memberikan kesempatan pada remaja untuk berpartisipasi dan membangun lingkungan mereka sendiri (Greenfield & Yan, dalam Louge, 2006).

Akses internet yang mudah dan dapat berlangsung terus-menerus memberikan kesempatan besar untuk bersosialisasi bagi remaja, memberikan kesempatan untuk berhubungan dengan teman sebaya yang dikenalnya seperti halnya juga dengan orang yang sama sekali tidak dikenalnya dari berbagai penjuru dunia. Secara jelas, internet mengubah dunia sosial remaja dengan memengaruhi cara mereka berkomunikasi, membangun dan menjaga hubungan dan menemukan dukungan sosial. Oleh karena itu, penting untuk menyadari keuntungan potensial dan juga risiko penggunaan internet bagi remaja dan menyediakan strategi untuk penggunaan internet yang positif dan aman.

Untuk memahami dampak dari penggunaan internet, penting untuk melihat dari sisi seberapa banyak waktu yang digunakan untuk internet dan waktu yang digunakan untuk aktivitas yang lain. Berdasarkan Data Digital 2020, terdapat 4,5 miliar orang pengguna internet di seluruh dunia. Angka ini menunjukkan bahwa hampir setengah dari penduduk dunia telah menggunakan internet dalam kehidupan sehari-harinya. Dari 200 negara lebih yang ada di dunia, terdapat lima negara yang telah memiliki jangkauan internetnya mencapai 99%. Hal ini berarti bahwa hampir seluruh penduduk di negara-negara tersebut dapat mengakses internet dengan mudah. Sebanyak 3,8 miliar dari angka keseluruhan ini menggunakan internet untuk akses sosial media. Indonesia memiliki 175,5 juta orang pengguna internet aktif. Aktivitas yang dilakukan dengan internet saat ini lebih banyak dilakukan melalui *mobile phone* yang dapat diakses di mana saja dan kapan saja. Data ini juga menyebutkan



bahwa pada tahun 2020 setiap orang menghabiskan waktu untuk mengakses internet sebanyak 6 jam 43 menit dalam sehari.

Dari keseluruhan 4,5 miliar pengguna internet di dunia, terdapat 3,8 miliar pengguna media sosial. Angka ini menunjukkan perbandingan kira-kira 8 dari 10 orang menggunakan media sosial. Menurut Wikipedia, media sosial adalah sebuah media daring (*online*) yang digunakan satu sama lain di mana para penggunanya bisa dengan mudah berpartisipasi, berinteraksi, berbagi, dan menciptakan isi blog, jejaring sosial, wiki, forum dan dunia virtual tanpa dibatasi oleh ruang dan waktu. Setiap orang dapat membuat konten tentang berbagai hal dan menyebarkannya secara langsung dalam waktu yang sama melalui media sosial. Jadi dapat dibayangkan bahwa dunia virtual telah menjadi konteks sosial baru bagi para pengguna internet saat ini. Setiap pengguna media sosial ini dapat berinteraksi tanpa ada lagi batasan jarak dan waktu.

Sejak mulai tren pada tahun 2014 sampai tahun 2020, terdapat peningkatan dari jumlah waktu yang digunakan oleh pengguna internet pada media sosial. Data terakhir tahun 2020 menunjukkan bahwa rata-rata pengguna internet mengakses media sosial sebanyak 2 jam 24 menit setiap harinya. Aplikasi sosial media pun saat ini sangat beragam, setidaknya ada 15 aplikasi sosial media yang digunakan saat ini mulai dari Facebook dengan pengguna terbanyak, kemudian diikuti oleh YouTube, WhatsApp, Instagram, dan TikTok.

Untuk Indonesia, tahun 2020 pengguna internet tercatat sebanyak 175,4 juta orang dengan 160 juta di antaranya adalah pengguna media sosial aktif. Rata-rata orang Indonesia menghabiskan waktu untuk menggunakan media sosial melalui berbagai perangkat selama 3 jam 26 menit dalam sehari. Media sosial yang paling banyak diakses di Indonesia adalah YouTube, WhatsApp, Facebook, dan Instagram, diikuti oleh aplikasi media sosial lainnya.

Lalu, apa pentingnya membahas tentang media sosial dan apa



kaitannya dengan *bullying*? Media sosial memberikan tawaran bagi penggunaannya berbagai fungsi/konten dan gaya komunikasi yang kolektif secara luas. Luasnya jangkauan dan beragamnya konten yang ditawarkan media sosial, memungkinkan pengguna mendapatkan manfaat namun juga memiliki potensi bahaya. Media sosial menjadi salah satu media yang saat ini banyak digunakan untuk melakukan *cyberbullying*. *Cyberbullying* adalah bentuk *bullying* yang terjadi melalui penggunaan teknologi komunikasi elektronik seperti *email*, *instant messaging*, *social media*, *online gaming* atau melalui pesan atau gambar digital yang dikirimkan kepada telepon selular (Whittaker and Kowalski, 2015).

A. KEUNTUNGAN PENGGUNAAN INTERNET BAGI REMAJA

Internet sebagai media komunikasi yang kompleks, menyediakan kemungkinan membentuk lingkungan sosial yang akrab atau intim melalui komunikasi instan atau cepat. Di saat yang sama, jaringan yang dicapai sangat luas mencakup seluruh area di dunia. Kondisi ini mendorong perkembangan kepemimpinan, kemampuan komunikasi, sosialisasi, informasi dan pembelajaran dalam skala internasional bagi remaja. Beberapa penelitian menunjukkan keuntungan yang didapatkan oleh remaja melalui internet, di antaranya Cassell *et al.*, (dalam Louge, 2006) menemukan bahwa remaja di Ghana menggunakan internet sebagai sumber informasi kesehatan untuk tujuan mendapat informasi penting tentang masalah kesehatan dan seksual yang tidak dapat mereka akses melalui lingkungan lokalnya. Selain itu penelitian di Amerika menunjukkan bahwa internet menyediakan informasi yang sangat berguna berkaitan dengan topik yang secara sosial dianggap sensitif seperti seks dan hubungan interpersonal (Suzuki & Calzo, dalam Louge 2006). Internet juga



menjadi sarana membangun komunitas yang menyediakan informasi berkaitan dengan masalah kewarganegaraan dan partisipasi dalam politik.

Penelitian memperlihatkan melalui internet remaja diberikan kesempatan untuk berlatih kemampuan kepemimpinan dan menjadi pemegang peranan dalam komunitas yang mereka buat sendiri. Ini meningkatkan kemandirian dan pembentukan identitas yang bebas norma dan harapan-harapan orang lain. Walaupun khawatir dengan situs-situs yang tidak pantas, orangtua mulai menyadari bahwa internet adalah sarana yang kuat dalam membangun jaringan dan peningkatan kemampuan akademik anaknya. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa remaja dari ekonomi bawah yang secara konsisten menggunakan internet menunjukkan nilai lebih tinggi dalam pelajaran dibandingkan anak yang jarang menggunakan internet.

Beberapa bukti penelitian juga menunjukkan bahwa komunikasi internet memberikan dampak positif pada remaja yang pemalu, mengalami kecemasan sosial atau remaja yang termarginalkan. Internet memungkinkan mereka untuk mempraktikkan kemampuan sosialnya tanpa ada risiko harus berhubungan melalui interaksi tatap muka (Heitner, 2002; McKenna, Green & Gleason, 2002; Subrahmanyam *et al.*, 2004). Sebagai tambahan, komunikasi secara *online* dapat mendorong terjadinya pertukaran yang tepercaya; banyak orang yang mengatakan bahwa mereka memiliki keinginan lebih besar untuk membagi pikiran dan perasaannya secara *online* dibandingkan pada seseorang secara langsung (Lenhart *et al.*, McKenna & Bargh, dalam Louge, 2006). Kebebasan dari tekanan sosial dapat membantu remaja membangun kepercayaan diri dalam situasi sosial yang sebenarnya dan meningkatkan rasa keterhubungan dengan orang lain yang merupakan aspek penting dalam perkembangan sosial remaja.



B. FAKTOR RISIKO PENGGUNAAN INTERNET PADA REMAJA

Walaupun internet memiliki dampak positif yang konsisten pada masyarakat modern, namun juga menyebabkan berbagai masalah sosial berkaitan dengan privasi, keamanan, pornografi, kejahatan internet dan komunitas dunia maya (Greenfield & Yan, 2006). Kemudahan akses memberikan risiko dan bahaya lebih besar bagi remaja dibandingkan dengan bentuk media lainnya. Kekhawatiran orangtua akan dampak media terhadap anak saat ini beralih dari media televisi menjadi internet.

Sejalan dengan ini, internet telah menjadi pendistribusi yang sangat efektif dan menguntungkan bagi materi-materi yang berbau seksual seperti halnya saluran yang menampilkan perilaku seksual yang kompulsif, perdagangan seks, dan kejahatan seksual (Galbreath & Berlin, 2002). Menurut survei yang dilakukan oleh London School of Economics (2002) 90% anak-anak usia 8-16 tahun melihat situs pornografi di internet. Sebagian besar kasus, situs porno diakses secara tidak sengaja saat anak sedang mencari tugas rumahnya, menggunakan kata yang tidak berbahaya untuk mencari informasi atau gambar. Akses yang bebas dan keterbukaan informasi bagi remaja yang belum sepenuhnya matang dapat menimbulkan dampak negatif pada perkembangan remaja dan secara potensial terlihat pada interaksi sosialnya dengan teman sebaya, aktivitas seksualnya dan perkembangan emosinya (Subrahmanyam *et al.*, 2006).

Tambahan lagi, komunikasi yang bebas dan sering kali tanpa nama melalui *chat rooms*, *blogs* dan IM memunculkan risiko pada remaja. Studi menunjukkan bahwa remaja membentuk komunitas virtual untuk mendukung perilaku yang tidak sehat seperti melukai diri sendiri (*self-injury*) dan gangguan makan (Withlock *et al.*, 2006). Analisis dari percakapan dalam *chat rooms* menunjukkan bahwa partisipan sering menanyakan kode usia atau jenis kelamin atau lokasi untuk berbagi informasi mengenai identitas.



Jajak pendapat yang dilakukan menunjukkan sebagian dari remaja usia 13-18 tahun sering berkomunikasi melalui internet dengan seseorang yang belum pernah mereka temui; satu dari tiga remaja berbicara tentang kemungkinan bertemu muka dengan seseorang yang hanya mereka temui di internet (Polly Klaas Foundation, 2006). Lebih jauh lagi hampir 12,5% menemukan bahwa seseorang yang telah berkomunikasi dengan mereka secara *online* adalah seseorang yang telah dewasa, namun berpura-pura berusia lebih muda. Identitas palsu mudah untuk dibuat dan dijual melalui internet. Remaja akan sering membuat halaman pribadi di mana mereka menampilkan identitas aslinya, profil pribadinya dan gambar-gambar seperti di *Myspace* dan *facebook*. Ada risiko keamanan yang muncul ketika sulit mengidentifikasi identitas seseorang yang sebenarnya saat menggunakan internet. Sebagai tambahan lagi dari hasil *polling*, didapatkan 54% remaja perempuan menggunakan internet tanpa diketahui oleh orangtuanya dan telah terlibat dalam beberapa macam hubungan melalui dunia *cyber* (*Girl Scout Research Institute*, 2002). Selama budaya *online* berkembang dan sosialisasi menjadi prioritas bagi remaja, maka keamanan akan menjadi isu yang penting.

Subrahmanyam *et al.*, (2006) meneliti pembentukan identitas dan seksualitas pada 583 partisipan yang dimonitor dan tidak dimonitor dalam ruang *chatting* (*chat rooms*). Lebih dari setengah partisipan mengomunikasikan informasi identitasnya, terutama yang paling sering adalah jenis kelamin. Dalam hal ini, partisipan mengganti. Tema mengenai seks muncul 5% dari semua ungkapan (1 Komentar seksual setiap menit); bahasa yang kasar atau cabul muncul 3% dari sampel (1 kata cabul per 2 menit). Partisipan yang mengidentifikasi diri sebagai perempuan menghasilkan komunikasi seksual yang lebih implisit, sedangkan yang mengidentifikasi diri sebagai laki-laki mengungkapkan komunikasi seksual yang lebih eksplisit. Lingkungan yang terpantau (pemilik menekankan aturan dalam berperilaku selama menggunakan internet) menunjukkan lingkungan de-

ngan tingkat komunikasi seksual yang kurang eksplisit dibandingkan dengan lingkungan yang lebih bebas dan tanpa ada monitor atau pantauan.

Penggunaan media internet dapat berkembang menjadi kondisi yang patologis pada remaja. Penggunaan patologis dari internet dianggap sebagai salah satu perilaku problematik yang menampakkan tanda-tanda yang sama serta gejala yang sesuai dengan kecanduan. Kondisi patologis dari penggunaan internet berasosiasi dengan hubungan interpersonal dan intrapersonal; masalah kesehatan mental dan kesehatan fisik. Penelitian yang dilakukan oleh Ko et.al (dalam Lam & Peng, 2010) selama 2 tahun melaporkan bahwa penggunaan internet yang patologis dapat menyebabkan depresi dan fobia sosial.

Potensi bahaya yang lain dari internet adalah menggunakan internet untuk mengancam, menakut-nakuti, mempermalukan atau mengucilkan seseorang secara *online* yang kemudian dikenal dengan *cyberbullying*. Secara umum, memang belum terdapat laporan atau data tentang kasus-kasus *cyberbullying* di Indonesia, namun beberapa kasus yang terkait dengan penggunaan penyalahgunaan media internet. Pada 20 April 1999 di Colombine High School, dua orang remaja membunuh 12 teman sekelasnya, satu orang guru dan melukai 24 siswa yang lain sebelum membunuh diri mereka sendiri. Kedua remaja ini menjadi bagian dari kelompok yang mereka namakan *the trench coat mafia*. Mereka menghormati Nazi; membuat bom di rumah mereka sendiri dan mempunyai kamar yang penuh dengan gambar dan jurnal sekolah. Kelompok yang mereka buat sendiri ini terbentuk sebagai respons dari keadaan memalukan dan *bullying* yang selama ini mereka alami dari kelompok yang lebih populer di sekolah. Tidak satu pun dari pihak sekolah atau orang tua dari kedua siswa ini memperhatikan atau mencatat tanda-tanda kejadian ini sebelumnya (Raywid, dalam Fegenbush, 2009). Alex Teke seorang remaja Selandia baru mengakhiri hidupnya pada usia 12 tahun. Media melaporkan terdapat indikasi pada



setahun sebelum meninggalnya, ia menjadi korban *cyberbullying* melalui email yang penuh ancaman dan pesan-pesan singkat yang mengejek dari teman-teman sekolahnya. Tindakan *bullying* pada Alex meningkat setelah ibunya melaporkan pada pihak sekolah (Tomazin & Smith, dalam Bath, 2008). Chantell, remaja berusia 15 tahun mengalami kejadian tabrak lari di Brisbane, Australia. Dia diketahui menjadi korban *cyberbullying* melalui pesan singkat dan telepon seluler yang dilakukan oleh bekas temannya setelah berseteru karena memperebutkan pacar. Kekerasan melalui dunia maya ini meningkat menjadi serangan fisik pada Chantell (Doneman, dalam Bath, 2008). Selain itu, pada tahun 2019, terdapat kasus bunuh diri seorang artis Korea bernama Sulli, yang disebabkan karena artis ini tidak tahan menerima komentar-komentar negatif yang diberikan oleh para pembencinya di media sosial.

Beberapa penelitian menyebutkan *cyberbullying* memberikan dampak yang cukup membahayakan pada korban. Korban *cyberbullying* menampakkan prestasi belajar yang rendah, emosi yang naik, harga diri yang rendah, ketidakhadiran di sekolah yang berulang-ulang, depresi, dan pada beberapa kasus sampai dengan bunuh diri. Tampilan korban *cyberbullying* ini tidak jauh berbeda dengan *bullying* yang dilakukan secara langsung, hanya saja pada korban *cyberbullying* seolah-olah tidak ada cara untuk melarikan diri. Adanya tambahan waktu dan ruang untuk *bullying* secara *online*, korban *cyberbullying* dapat menunjukkan tanda-tanda tambahan seperti cemas dan perubahan mood yang tidak dapat dijelaskan setelah menggunakan internet atau berhenti menggunakan semua peralatan internetnya sama sekali saat berada di rumah (Chait, dalam Fegenbush, 2009).

Shariff & Gouin (dalam Bauman, 2007) mendefinisikan *cyberbullying* sebagai *bullying* secara psikologis yang dilakukan secara tersembunyi/tersamar melalui media elektronik. Belsey (dalam Fegenbush, 2009) menjelaskan bahwa *cyberbullying* melibatkan penggunaan teknologi informasi dan komunikasi

untuk mendukung perilaku yang disengaja, berulang-ulang, memusuhi yang dilakukan secara individu atau kelompok yang bertujuan untuk membahayakan orang lain. Definisi lain *cyberbullying* diungkapkan oleh Willard (2003) yaitu *bullying* yang berupa ucapan atau kalimat yang memfitnah, mengusik atau mengganggu atau mendiskriminasi, menyebarkan informasi yang sifatnya pribadi atau komentar-komentar yang bersifat menyerang, vulgar atau menghina. Pengertian ini kemudian ditambahkan oleh Willard pada tahun 2007, *cyberbullying* sebagai bentuk perilaku kejam terhadap orang lain dengan mengirimkan atau menampilkan materi atau terlibat dalam bentuk kekejaman sosial lain dengan menggunakan internet atau teknologi digital lainnya seperti telepon seluler.

Remaja dapat menjadi target dari *cyberbullying* oleh orang lain dalam berbagai bentuk perilaku yang membahayakan. *Cyberbullying* yang dilakukan secara langsung berupa mengirimkan pesan singkat yang berupa ancaman atau bersifat menyerang secara berulang-ulang. Bentuk lain *cyberbullying* secara tidak langsung meliputi menyebarkan materi yang mencemarkan nama baik atau menyebarkan informasi yang sifatnya pribadi atau menyamarkan identitas orang lain yang dapat menimbulkan bahaya (dalam Fegenbush, 2009). Tujuan dari perilaku *cyberbullying* adalah untuk mengancam, mengejek, dan menimbulkan rasa takut dan perasaan tidak mampu pada korban (Strom & Strom dalam Bath, 2008).

Cukup penting untuk mengetahui perbandingan antara *cyberbullying* dengan *bullying* yang dilakukan secara langsung (*face-to-face bullying*). *Pertama*, tujuan keduanya adalah sama yaitu ditujukan untuk menyakiti korban (target). *Kedua*, dilakukan secara berulang-ulang (*repetitive*). Perbedaan yang mungkin terlihat adalah berkaitan dengan ketidakseimbangan kekuasaan (*power imbalance*). Dalam *bullying* yang dilakukan secara langsung korban biasanya adalah seseorang yang secara fisik lemah dan kurang memiliki kemampuan sosial. Namun ketika



menggunakan teknologi, pelaku *cyberbullying* dapat saja seorang yang lemah secara fisik, namun memiliki kemahiran dalam menggunakan teknologi (Bauman, 2007). Terdapat elemen yang unik dalam *cyberbullying* yang dapat menciptakan potensi memperparah akibat yang ditimbulkan pada korban. Perbedaan yang paling nyata adalah bahwa dalam dunia maya (*cyber space*), seorang pelaku (*cyberbullies*) meyakini bahwa identitas mereka dapat disembunyikan (*anonimity*). Hal ini membuat pelaku dapat bertindak di luar batas yang dapat dilakukannya pada dunia nyata, tanpa memedulikan lagi norma, nilai atau standar yang berlaku di masyarakat (Patchin & Hinojosa dalam Bauman, 2007). Tambahan lagi, keyakinan pelaku bahwa dengan identitas yang tidak dapat dikenali dan kecil kemungkinan untuk ditangkap, membuat ia mampu melakukan berbagai tindakan *bullying* tanpa lagi merasakan takut (Brown *et al.*, dalam Bauman, 2007).

Terdapat perbedaan lain antara *cyberbullying* dengan *face-to-face bullying*. Dalam komunikasi langsung, seseorang dapat menginterpretasi petunjuk nonverbal yang terdapat pada komunikasi secara verbal. Bahasa tubuh dan tekanan suara dalam berkomunikasi menjadi informasi yang penting (Willard, 2007). Dalam komunikasi secara elektronik, seseorang tidak dapat menangkap pesan non verbal yang disampaikan oleh orang lain. Lebih jauh lagi, kurangnya umpan balik yang nyata membuat pelaku *cyberbullying* tidak dapat menyaksikan akibat perilakunya terhadap korban (*cyberbullied*) (Belsey; Brown *et al.*, Kowalski *et al.*, Willard; dalam Bauman 2007). Tidak adanya pengalaman melihat langsung bahaya atau efek dari perilakunya terhadap korban dapat mengurangi kemungkinan munculnya reaksi empati dari pelaku (Willard, 2006). Perbedaan yang paling nyata antara *bullying* secara langsung dengan *cyberbullying* adalah dalam kecepatan dari pesan atau gambar yang membahayakan korban dapat menjangkau jutaan audiens. Komunikasi dalam dunia maya (*cyber communication*) sangat cepat, jumlah penerima pesan tidak terbatas, dan pelaku juga tidak dihalangi oleh

tuntutan untuk berada pada waktu dan tempat yang sama dengan korban. Pelaku dapat membahayakan korban dari mana pun dan kapan pun sepanjang dia memiliki peralatan teknologi (Bauman, 2007). Tujuan *cyberbullying* tidak berbeda dengan *bullying* tradisional atau *bullying* secara langsung (*face to face bullying*) yaitu untuk mempermalukan, menakut-nakuti, menyakiti atau mengucilkan korban (Bath, 2008).

TABEL 2. Perbandingan cyber *Bullying* vs. *Bullying*

<i>Bullying</i>	<i>Cyberbullying</i>
Langsung berhadapan <i>face to face</i> .	Dapat berlangsung 24 jam sehari, 7 hari seminggu, 365 hari setahun.
Dapat mencari tempat yang aman atau bersembunyi.	Tidak ada tempat aman, sulit untuk bersembunyi/melarikan diri.
Terbatas hanya pada yang melihat kejadian.	Dapat dilihat oleh sejumlah besar orang dalam jangka waktu yang sangat cepat menyebar.
Pelaku dapat diidentifikasi dengan jelas.	Pelaku dapat menyembunyikan identitasnya.
Dapat melihat reaksi wajah dan tubuh dari korban dan saksi.	Sulit untuk berempati dengan korban.
Memiliki batasan geografis.	Tidak ada batasan geografis.
Korban belum tentu dapat berubah menjadi perilaku.	Korban pun dapat dengan mudah menjadi pelaku.

C. PREVALENSI CYBERBULLYING

Pada tahun 1997, sebuah survei pada lebih dari 38 ribu siswa berusia antara 7 sampai dengan 17 tahun di Australia menunjukkan bahwa 1 dari 6 anak mengalami *bullying* setiap minggunya oleh teman sebayanya di sekolah. Penelitian yang dilakukan oleh the *National Coalition Against Bullying* (NCAB) dan majalah remaja *Girlfriend* pada tahun 2004 mengindikasikan bahwa dari



13 ribu remaja perempuan Australia, 42% dilaporkan mengalami intimidasi atau dicemarkan nama baiknya melalui internet atau telepon seluler (dalam Bath, 2008). Semakin meningkatnya penggunaan internet di Australia saat ini membuka peluang semakin seringnya terjadi *cyberbullying*.

Qing Li (2005) melakukan penelitian terhadap 177 siswa tingkat 7 di kota besar. Penelitian ini memperlihatkan bahwa hampir 54% siswa menjadi korban *Bullying* tradisional dan lebih dari setengahnya mengalami *cyberbullying*. Hampir 1 dari 3 siswa melakukan *Bullying* pada siswa lain dan 15% melakukan *bullying* menggunakan alat komunikasi elektronik. Hampir 60% korban *cyberbullying* adalah perempuan dan 52% pelaku adalah laki-laki. Mayoritas korban dan saksi tidak melaporkan kejadian yang mereka alami pada orang dewasa lain.

Penelitian yang dilakukan oleh Smith *et al.*, (2006) menunjukkan 22% subjek penelitiannya pernah mengalami *cyberbullying* minimal satu kali dan 6,6% mengalaminya lebih sering dalam waktu beberapa bulan terakhir. Selain itu, rata-rata prevalensi *cyberbullying* lebih sering terjadi di luar sekolah dibandingkan dengan di dalam sekolah. Remaja perempuan secara signifikan lebih sering menjadi korban *cyberbullying* dibandingkan dengan remaja laki-laki. Tidak terdapat hubungan antara usia dengan gender dalam hubungan dengan efek *cyberbullying* melalui *e-mail*.

D. BENTUK DAN ALAT YANG DIGUNAKAN DALAM CYBERBULLYING

Cyberbullying dapat dilakukan oleh pelaku melalui berbagai bentuk, seperti melalui pesan elektronik yang berisi ancaman atau pesan-pesan intimidasi, menyamar menjadi orang lain dan menyebarkan berita tidak benar, mengirimkan komentar-komentar negatif terus-menerus pada media sosial korban dan berbagai bentuk lainnya. Secara khusus, Willard (2007) menje-



laskan terdapat beberapa bentuk perilaku *cyberbullying*, yaitu:

1. *Flaming*

Berkelahi secara *online* menggunakan pesan elektronik dengan menggunakan bahasa yang penuh dengan emosi marah dan kata-kata yang vulgar.

2. *Harassment*

Secara berulang-ulang mengirimkan pesan yang menghina, mesum atau tidak menyenangkan, dan menghina.

3. *Denigration*

Mengirimkan atau menampilkan gosip atau berita yang tidak benar tentang seseorang dengan tujuan untuk merusak reputasinya atau persahabatannya dengan orang lain.

4. *Impersonation*

Berpura-pura menjadi orang lain dan mengirimkan pesan atau menampilkan materiel yang bertujuan agar orang yang menjadi target mendapatkan bahaya atau untuk merusak reputasi seseorang atau persahabatannya dengan orang lain.

5. *Outing*

Menyebarkan rahasia atau informasi atau gambar yang memalukan milik orang lain.

6. *Trickery*

Berpura-pura baik untuk menggali informasi rahasia atau memalukan dari seseorang untuk kemudian disebarluaskan melalui media *online*.

7. *Exclusion*

Secara sengaja dan kejam mengeluarkan seseorang dari kelompok *online*.

8. *Cyberstalking*

Berulang-ulang, dan secara intens menghina dan memfitnah seseorang yang meliputi ancaman atau membuat ketakutan tertentu.

9. *Sexting*

Sexting adalah secara eksplisit mengirimkan pesan-pesan



dengan nada seksual melalui telepon seluler atau pesan instan. Pesan yang dikirimkan dapat berupa gambar atau video yang tidak senonoh yang mengganggu kenyamanan dari korban. Dilansir dari Tempo.co tanggal 18 April 2020, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menunjukkan data pada tahun 2019 terdapat 653 kasus kejahatan *cyber* yang melibatkan anak dan remaja termasuk di dalamnya adalah konten pornografi, pelecehan seksual, radikalisme, dan *cyberbullying*.

Penggunaan media sosial saat ini memiliki potensi risiko penyalahgunaan. Penyalahgunaan tersebut dapat berupa penyebaran informasi yang memalukan tentang seseorang, keluarganya atau teman-temannya, foto-foto yang diambil tanpa seizin atau sepengetahuan pemiliknya, menyebarkan video atau foto yang diambil tanpa seizin korban dan memengaruhi kelompok jejaring sosial untuk mengucilkan seseorang. Salah satu contoh kasus penyalahgunaan media sosial yang dapat merugikan korban adalah pada kasus penyebaran foto perempuan di ruang publik yang diambil tanpa persetujuan pada tahun 2017. Akun media sosial tertentu melakukan pengambilan foto di KRL, pinggir jalan atau bahkan ruang ganti pakaian dan menampilkan di akunnya tanpa persetujuan korban. Postingan yang ditampilkan pelaku juga menjurus pada pelecehan seksual pada perempuan yang menjadi korban.

Salah satu media sosial yang menjadi tempat yang paling sering terjadi *cyberbullying* adalah Instagram. Artikel di Kompas.com, tanggal 21 Juli 2017 menyebutkan hasil survei Ditch the Label, sebuah lembaga anti *bullying* di Inggris bahwa tidak kurang dari 10.000 remaja berusia 12 hingga 20 tahun yang berdomisili di Inggris, lebih dari 42 persen menjadi korban *cyberbullying* mengaku mendapatkannya di Instagram.

Berikut ini beberapa media umum yang biasanya digunakan oleh pelaku *cyberbullying*, yaitu:

1. *Instant messaging (IM)*

Instant messaging (IM) dimulai dari komunikasi langsung antara dua orang atau lebih menggunakan teks yang diketik melalui komputer yang terhubung dengan internet. Pelaku *cyberbullying* dapat menggunakan IM dalam berbagai cara termasuk dengan mengatur profil gadungan untuk menyembunyikan identitasnya, mengisolasi teman sebaya dengan memblok mereka atau dengan menyimpan dan mencetak atau meneruskan pesan pribadi seseorang pada sejumlah orang lainnya.

2. Telepon seluler (*Mobile Phones*)

Penggunaan telepon seluler oleh pelaku *cyberbullying* dapat dilakukan dalam tiga cara yaitu: pesan teks, gambar dan klip video yang diambil menggunakan telepon seluler. Tiga hal ini dapat dikirimkan pada sejumlah besar orang dengan tujuan untuk menyakiti atau mempermalukan korban. Gambar atau video dapat saja diambil tanpa persetujuan dari korban. Pesan-pesan teks yang mengancam dapat dikirim melalui telepon seluler (misalnya: mengirimkan pesan yang mengancam akan menyerang atau membahayakan korban pada saat akan berangkat ke sekolah atau ke mall). Perputaran gambar atau video tersebut akan dapat merusak kepercayaan diri korban, seperti kasus seorang remaja laki-laki yang di foto saat berada di ruang ganti (Mitchell, dalam Bath, 2008).

3. *Chat rooms*

Ruang *chatting* atau *chat rooms* merupakan sebuah bentuk percakapan yang dilakukan bersama-sama dalam satu waktu oleh beberapa orang. Tujuan utamanya adalah untuk berhubungan dengan orang lain untuk melakukan interaksi sosial atau berbagi pengetahuan. *Chat rooms* memungkinkan adanya suara, pembicaraan verbal dan juga video. *Bullying* dapat terjadi melalui pembicaraan mengenai materi yang bersifat seksual tanpa izin dari korban, menyerang pikiran



atau perasaan korban, dan taktik mempermalukan korban.

3. Pesan elektronik (*e-mail messages*)

E-mail memberikan kesempatan pada menjangkau sejumlah besar orang dengan mengirimkan pesan yang menyakiti atau merusak profil seseorang. Bahasa, suara, dan gambar dapat dikirimkan melalui *e-mail*. Sejumlah besar orang akan dapat diraih dengan waktu yang sangat singkat melalui *e-mail*.

4. Situs jejaring sosial (*social Networking sites*)

Situs jejaring sosial menjadi sangat populer di kalangan remaja saat ini. Beberapa situs seperti Facebook, Myspace, Twitter mengalami peningkatan pengguna yang luar biasa drastis beberapa tahun belakangan ini. Situs ini memungkinkan seseorang untuk menampilkan pesan teks, foto atau gambar dan video yang secara langsung dapat diakses oleh banyak orang dalam waktu yang singkat. Pelaku *cyberbullying* dapat menggunakan identitas yang tidak diketahui oleh korban untuk menampilkan gambar, pesan, atau video yang membahayakan atau mempermalukan korban.

5. Blogs

Sebuah *blog* didefinisikan sebagai *diary* yang ditulis oleh seseorang secara *online* atau pemikiran-pikiran yang dipublikasikan menurut urutan waktu dalam sebuah laman. Ini juga termasuk sebuah *weblog* atau *web log*. *Blog* ini dapat digunakan untuk mempermalukan, mempermainkan atau menyerang individu atau sekelompok orang. Apa pun materi yang ditampilkan pada *blog* dianggap sebagai pemikiran dari penulis atau pemilik blog, sehingga pelaku *cyberbullying* dapat saja menulis komentar tentang penampilan teman sekelas, kebersihan pribadi atau preferensi seksualnya dengan tujuan untuk mempermalukan korban.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Smith *et al.*, (2006) berkaitan dengan alat yang digunakan untuk melakukan *cyber-*

bullying disimpulkan bahwa:

1. Gambar /klip video dan telepon seluler memberikan dampak yang lebih besar pada korban dibandingkan dengan *bullying* yang dilakukan secara tradisional.
2. *Website* dan pesan teks dilaporkan memberikan dampak yang sama dengan tradisional *bullying*.
3. *Bullying* yang dilakukan melalui *chatroom*, *instant messaging* dan *email* diyakini memberikan dampak yang lebih ringan daripada bentuk *bullying* tradisional.

E. SIAPA SAJA YANG TERLIBAT DALAM CYBERBULLYING?

Pihak yang terlibat dalam *cyberbullying* memang tidak jauh berbeda dengan *bullying* tradisional, yaitu pelaku, korban, dan saksi.

1. Pelaku (*Cyberbullies*)

Pelaku adalah seseorang yang melakukan tindakan mengganggu dan menindas orang lain, khususnya mereka yang dia pikir "berbeda" atau terlihat inferior, atau seorang korban yang pernah mengalami *bullying* oleh orang lain dan menggunakan media internet untuk membalas dendam atau melepaskan kemarahannya.

Penelitian menunjukkan bahwa motif pelaku *cyberbullying* hampir sama dengan *bullying* tradisional yaitu: kekuasaan dan kebutuhan untuk mendominasi atau menaklukkan orang lain. Profil dari pelaku sedikit berbeda dengan *bullying* tradisional. Ketiadaan identitas pada saat *online* memberikan kekuasaan pada pelaku untuk berperilaku agresi pada forum yang terbuka (Shariff dalam Fegenbush, 2009). Pelaku tidak lagi merupakan seseorang yang berbadan besar atau penting di sekolah. Mereka dapat saja seorang yang berpenampilan aneh dan sering menyendiri, gadis gendut di kelas, dan seseorang yang membutuhkan atau ingin merasa berkuasa.



Aftab (dalam Fegenbush, 2008) meyakini bahwa kunci untuk memahami pelaku *cyberbullying* adalah dengan memahami motivasi di belakang aksi yang dilakukannya. Berdasarkan hasil penelitiannya Aftab (dalam Fegenbush, 2009) mengidentifikasi lima tipe dari pelaku *cyberbullying* berdasarkan karakteristik kepribadian dan motifnya, yaitu:

a. *The Vengeful Angel*

Orang yang menjadi target dari tipe pelaku *cyberbullying* ini adalah mereka yang ia rasa menjadikan ia atau orang lain sebagai korban dan ingin membalas perlakuan orang tersebut. Masalah biasanya berawal dari tempat lain dan pelaku ini berusaha untuk membalas dendam secara *online*. Pelaku *the vengeful angel* ini tidak merasa dirinya sebagai pelaku, namun lebih menjadi seseorang yang mempertahankan diri walaupun apa yang dia lakukan pada orang lain tersebut bukanlah hal yang ia sukai untuk terjadi pada dirinya sendiri. Biasanya tidak seorang pun mengetahui identitas dari pelaku ini kecuali teman dekat atau seseorang yang menyadari situasi secara keseluruhan (Aftab dalam Willard, 2007). Tipe ini merupakan tipe yang paling mudah untuk mendapat bantuan dari pihak sekolah. Ia hanya butuh untuk dipahamkan bahwa tidak seorang pun dapat mengadili seandainya sendiri serta bukanlah tindakan yang baik dengan membahayakan orang lain.

b. *The Power Hungry and The Revenge of the Nerds*

Pelaku ini biasanya membentuk kelompok sendiri dengan motif dan cara merespons yang sama. *The power of hungry* mirip dengan pelaku *bullying face-to-face*. Mereka ingin merasa kuat, menyakiti orang lain dan menggunakan teror. Penting bagi mereka untuk mengetahui bahwa orang lain tahu apa yang mereka lakukan dalam *bullying*. Mereka merasa puas dan bangga terhadap tindakannya dan jika respons dari orang lain tidak sesuai dengan yang mereka harapkan, maka mereka akan meningkat-

kan tindakan *bullying* menjadi lebih besar dan lebih hebat lagi. Perpaduan dengan *the revenge of the nerds*, karena biasanya *the power of hungry* merepresentasikan mereka yang sering menjadi korban pada *setting* sekolah umum. Pada dunia nyata, mereka adalah seseorang yang lemah, kecil, kasar, aneh, cacat, dan tidak dianggap di sekolah. Pada saat *online*, mereka menjadi seseorang yang kuat, dan menguasai kemampuan teknik yang kuat. Tipe ini merupakan tipe yang paling berbahaya pada *cyberbullying*.

c. *The Mean Girl*

Tipe ini biasanya melakukan *bullying* dalam kelompok untuk mencari sesuatu untuk dikerjakan dan tidak peduli bahwa perilaku mereka akan menyakiti orang lain. Mereka berusaha untuk menyenangkan diri mereka sendiri; merasa lucu dan senang saat mempermainkan orang lain. Mereka ingin mendapat pengakuan dengan melakukan *bullying* pada orang lain dan ingin terlihat berkuasa saat *online*. Mereka dapat diidentifikasi dari siapa mereka, apa yang mereka yakini dan siapa yang mereka izinkan untuk masuk ke dalam kelompoknya. Jika mereka mendapat perhatian dari orang lain, maka aktivitas mereka akan berkembang lebih jauh. Jika tidak mereka akan berhenti dan mencari cara lain untuk mendapatkan popularitas kelompoknya (Aftab dalam Willard, 2007). Anggota kelompok mereka sangat mudah untuk diidentifikasi karena keterbukaan dalam aktivitas yang mereka lakukan.

d. *The Inadvertent*

Tipe pelaku ini tidak memahami bahwa tindakan mereka dapat dianggap sebagai sebuah *bullying*. Mereka biasanya hanya bermain-main saja atau berpura-pura. Tindakan mereka tidak terencana sehingga mereka berbeda dengan tipe *Vengeful Angel* yang bermaksud untuk balas dendam. Mereka sering merasa kurang senang ketika mereka menyadari bahwa tindakan mereka ternyata menyakiti orang lain.



2. Korban (*Cyberbullied*)

Korban atau target adalah seseorang yang menjadi sasaran *cyberbully*, seseorang yang juga menjadi korban *bullying* di sekolah atau menjadi sasaran *bullying*.

Sebagian besar korban (*cyberbullied*) adalah anak yang juga mengalami *bullying* langsung. Biasanya korban (*cyberbullied*) merespons sama perlakuan yang mereka terima dengan *bullying* yang dilakukan langsung. Korban *cyberbullying* menampakkan prestasi belajar yang rendah, emosi yang naik, harga diri yang rendah, ketidakhadiran di sekolah yang berulang-ulang, depresi, dan pada beberapa kasus sampai dengan bunuh diri. Tampilan korban *cyberbullying* ini tidak jauh berbeda dengan *bullying* yang dilakukan secara langsung, hanya saja pada korban *cyberbullying* seolah-olah tidak ada cara untuk melarikan diri. Adanya tambahan waktu dan ruang untuk *bullying* secara *online*, korban *cyberbullying* dapat menunjukkan tanda-tanda tambahan seperti cemas dan perubahan *mood* yang tidak dapat dijelaskan setelah menggunakan internet atau berhenti menggunakan semua peralatan internetnya sama sekali saat berada di rumah (Chait, dalam Fegen Bush, 2009). Mereka juga tidak suka membicarakan pengalaman *online* atau teman-temannya dan akan menghindari jika orang lain ingin menggunakan peralatan komputernya.

Hal besar mengenai korban *cyberbullying* adalah berkaitan dengan kepercayaan. Pada *bullying* secara langsung, korban dapat melihat siapa pelaku dan siapa saja yang mendukung pelaku, sehingga ia dapat menentukan yang mana yang akan dipercayainya. Tidak begitu halnya dengan dunia maya. Internet terbuka untuk teman sekelasnya dan juga terbuka untuk dunia dan sulit untuk benar-benar yakin siapa yang ada di seberang sana. Ketiadaan identitas dari pelaku membuat korban menjadi paranoid dan merasa tidak yakin dengan sekitarnya. Keraguan pada diri sendiri dapat melemahkan seseorang (Willard, 2007).

Seperti korban *bullying* tradisional, korban *cyberbullying* tidak suka menceritakan hal yang dialaminya pada orang de-

was. Data statistik menunjukkan 58% dari korban *cyberbullying* tidak mengatakannya pada orang dewasa atau orang tuanya atau orang lain (Juvonen & Gross, dalam Fegenbush, 2009). Kegenggan untuk menceritakan tidak hanya karena fakta bahwa orang dewasa mungkin akan merespons dengan tidak tepat, namun lebih karena ketakutan fasilitas internet akan diambil dari mereka karena tujuan untuk melindungi mereka. Ketakutan ini kemudian dapat berubah menjadi kepanikan ketika objek yang digunakan untuk menyerang mereka (misalnya foto pribadi atau pesan) bukanlah sesuatu yang ingin mereka bagi dengan orang dewasa tersebut.

Perbedaan antara pelaku dan korban terkadang menjadi tidak jelas lagi karena suatu saat korban dapat saja menjadi pelaku *cyberbullying*. Begitu korban melakukan tindakan *cyberbullying* (misalnya untuk balas dendam), maka ia tidak lagi dapat disebut sebagai korban namun sudah menjadi pelaku.

3. Saksi (*Cyberbystander*)

Saksi dalam *cyberbullying* dapat dibagi menjadi dua yaitu saksi yang ikut membahayakan dan saksi yang dapat membantu. Saksi yang ikut membahayakan (*harmful bystander*) adalah seseorang yang membantu pelaku atau ikut melihat/menonton terjadinya *bullying*, namun tidak melakukan tindakan apa pun untuk membantu korban. Saksi yang dapat membantu (*helpful bystander*) adalah seseorang yang berusaha untuk menghentikan terjadinya *bullying*, melakukan protes untuk melawan, berusaha untuk membantu korban atau menceritakan kejadian pada orang dewasa lain. Salah satu strategi untuk mengatasi *cyber Bullying* adalah dengan mendorong lebih banyak siswa untuk menjadi *helpful bystander* ini.

Peran *bystander* tidak banyak diteliti dalam proses *cyberbullying* karena saksi tidak pernah dapat dijelaskan. Willard (2007) meyakini bahwa saksi memegang peranan penting dalam mencegah terjadinya *bullying*. Penelitian memperlihatkan bahwa



peran teman, yang mengetahui peristiwa secara *online*, adalah penentu bagaimana korban akan merespons terhadap serangan *online*. Jika saksi ini mendukung korban, dan membantunya untuk tetap berperilaku sesuai dalam penggunaan internet *online*, maka korban tidak akan terlalu merasa menjadi korban. Oleh karena itu, menguatkan saksi akan menjadi kunci dalam usaha prevensi terhadap *cyberbullying*.

Seperti halnya *bullying* fisik, korban *cyberbullying* juga menunjukkan sejumlah tanda-tanda yang perlu menjadi perhatian. Menurut Beane (2008), orangtua dapat mengidentifikasi beberapa tanda-tanda yang menunjukkan bahwa anak mengalami *cyberbullying* seperti berikut ini:

- a. Mendapatkan tagihan telepon yang besar dari nomor telepon yang sama.
- b. Menghabiskan banyak waktu menggunakan komputer, khususnya untuk *chat rooms*.
- c. Melihat *web sites* yang mendukung rumor-rumor seperti *schoolscandal.com*.
- d. Terlihat kecewa, mudah terganggu, atau menjadi emosional setelah menghabiskan waktu dengan komputer.
- e. Berbicara tentang fotonya di internet yang diposting oleh seseorang tanpa permisi.
- f. Menjadi lebih rahasia tentang penggunaan komputernya.
- g. Mengirimkan atau menerima email yang menggunakan simbol dan kode.

Jika sebelumnya kita sudah membahas tentang korban, maka hal yang cukup penting untuk dipahami adalah apa yang mendorong pelaku untuk melakukan tindakan *cyberbullying* pada korban. Setidaknya terdapat dua motivasi utama dari perilaku tersebut yaitu:

1. Motivasi Internal
 - a. Mengalihkan perasaan.
Pelaku melakukan termotivasi karena memiliki penga-



laman yang menyakitkan sebagai korban *cyberbullying*. Untuk membuat orang lain merasakan apa yang dirasakannya, maka pelaku melakukan hal yang serupa terhadap orang lain. Seperti pernyataan salah seorang siswa: Anda tahu, seseorang telah lama melakukan kepada saya, sekarang saya pantas melakukannya pada seseorang.

- b. Balas dendam
Pelaku marah dan ingin membalas dendam pada korban.
- c. Membuat diri sendiri merasa lebih baik
Berbeda dengan halnya mengalihkan perasaan, motivasi pelaku pada hal ini melakukan *cyberbullying* hanya sebagai bentuk penyaluran kebutuhan emosional saja tanpa memiliki pengalaman menjadi korban *cyberbullying*.
- d. Kebosanan
Mengisi waktu luang dengan mengorbankan orang lain untuk menjadi hiburan.
- e. Melindungi diri sendiri, sebelum menjadi korban, maka lebih memilih menjadi pelaku.
- f. Iri hati atau cemburu.
Rasa cemburu dan iri hati memancing seseorang untuk menggertak orang lain dengan melakukan *cyberbullying*.
- g. Menunjukkan kekuasaan
Bertujuan untuk menunjukkan pada orang lain kemampuannya dan bahwa pelaku juga berkuasa atas korban.
- h. Mencoba kepribadian baru
Pelaku mencoba menjadi orang lain dan melakukan hal yang berbeda dari yang biasanya ia lakukan.
- i. Anonimitas
Pelaku dapat menyembunyikan identitas aslinya tanpa diketahui oleh korban, hal ini mendorong pelaku menjadi ketagihan untuk melakukan *cyberbullying*.



2. Motivasi Eksternal

a. Tidak ada konsekuensi

Pelaku beranggapan karena korban tidak mengenalinya, maka tidak akan terjadi kontak fisik di antara mereka maupun pelaporan atas dirinya karena identitas pelaku yang dapat disembunyikan.

b. Non konfrontatif

Cyberbullying karena dilakukan melalui medium elektronik, sehingga tidak pertemuan *face to face* antara pelaku dan korban. Oleh karena itu, pelaku menjadi tidak takut untuk menghadapi orang tersebut.

c. Target merupakan orang yang berbeda dari lingkungannya.

Individu yang dianggap berbeda dari kelompoknya cenderung dijadikan sasaran perilaku *cyberbullying*.

F. DAMPAK CYBERBULLYING PADA ANAK

Dampak *cyberbullying* tidak jauh berbeda dengan *bullying* yang dilakukan secara tradisional. Beberapa penelitian melaporkan bahwa siswa yang mengalami *cyberbullying* dapat mengalami depresi, prestasi akademik yang rendah, dan masalah perilaku. Selain itu *cyberbullying* juga berhubungan dengan pikiran-pikiran untuk bunuh diri, dan dengan pikiran ini mereka memiliki dorongan untuk bunuh diri. *Cyberbullying* dapat memberikan dampak yang jauh lebih parah dibandingkan dengan *bullying* tradisional karena saat seorang pelaku menampilkan komentar negatif, gosip atau rumor tentang korban dengan sengaja untuk menyakiti korban di jejaring sosial, maka saat itu juga semua orang yang terhubung dengan korban dapat membaca komentar tersebut dan dapat memberikan berbagai macam tanggapan. Berbeda dengan *bullying* tradisional yang hanya dapat diketahui oleh orang-orang yang terlibat dalam perilaku *bullying* tersebut.



G. UPAYA UNTUK MENCEGAH DAN MENGATASI CYBERBULLYING

Orangtua tentu tidak dapat mengontrol semua aktivitas yang dilakukan oleh anak dengan komputer yang ia gunakan, namun orangtua dapat mencegah atau menghentikan *cyberbullying* dengan melakukan beberapa langkah yaitu:

1. Memastikan bahwa anak memahami apa itu *cyberbullying* dan seperti apa saja bentuknya.

Orangtua dapat mendiskusikan dengan anak bagaimana teknologi dapat disalahgunakan untuk menyakiti orang lain dengan berbagai macam bentuknya. Orangtua juga dapat menekankan pada anak untuk mengemukakan semua perlakuan yang tidak menyenangkan yang diterima melalui teknologi sehingga anak tidak lagi memiliki rahasia tentang hal tersebut. Orangtua juga harus menjelaskan pada anak bahwa kewajiban orangtua adalah untuk melindungi anak, sehingga anak harus memberikan akses pada orangtua untuk memeriksa komputernya dan juga telepon selulernya.

2. Orangtua juga harus mengembangkan keterampilan dalam penggunaan teknologi sehingga orang tua dapat mengetahui aktivitas yang dilakukan anak melalui komputer atau telepon selulernya. Beberapa orang tua bahkan membuat akun samaran di jejaring sosial dan terhubung dengan anaknya untuk mengetahui aktivitas yang dilakukan oleh anak di media jejaring sosial.

3. Mengajarkan anak untuk mengikuti aturan-aturan tentang dunia *cyber*, seperti:

- a. Jangan pernah memberikan informasi kontak personal tentang diri sendiri, orangtua atau teman-teman seperti nama, alamat, nomor telepon, usia atau alamat email tanpa diketahui orangtua.
- b. Jangan pernah memberikan informasi personal yang bersifat intim atau minat personal yang dapat didis-



- kusikan hanya oleh orangtua, keluarga, teman dekat atau profesional.
- c. Jangan pernah memberikan PIN atau *password* pada orang lain selain orangtua.
 - d. Jangan pernah menggunakan bahasa yang tidak pantas.
 - e. Perlakukan orang lain secara *online* dengan cara bagaimana anak ingin diperlakukan.
 - f. Laporkan langsung jika ada komentar-komentar yang menyakitkan dan ancaman dan hentikan komunikasi dengan orang tersebut.
 - g. Tidak berpartisipasi dalam gosip dan menyebarkan rumor.
 - h. Waktu untuk menggunakan internet dan email dibatasi hanya beberapa jam dalam sehari kecuali saat mengerjakan tugas.
 - i. Jangan pernah meng-*upload* gambar, musik atau video tanpa izin dari orangtua.
4. Secara rutin memonitor penggunaan komputer yang dilakukan oleh anak. meletakkan komputer di tempat yang dapat diakses semua orang sehingga orangtua dapat lebih leluasa memantau aktivitas anak.
 5. Membatasi *web site* yang dapat dilihat oleh anak dengan menggunakan program *software* tertentu. Sebelumnya orangtua harus menjelaskan pada anak bahwa mereka tidak dapat mengakses situs-situs yang berisi tentang kekerasan, pornografi.
 6. Mengajarkan anak untuk tidak percaya tentang komentar-komentar negatif dari orang lain dan jika ia mendapatkan hal itu, maka ia harus menghentikannya.

Kowalski *et al.*, (2012) menjelaskan beberapa hal yang dapat dilakukan sebagai upaya intervensi *cyberbullying*. *Pertama*, bukti-bukti kejadian *cyberbullying* perlu disimpan seperti salinan pesan, tangkapan layar (*screenshot*) dan *websites*. Korban dapat saja

merasa tidak nyaman atas *cyberbullying* yang terjadi sehingga akan segera menghapus semua bukti pesan, mengabaikan atau memblokir pelaku. Namun agar perilaku *bullying* ini tidak berlanjut, bukti-bukti tersebut harus disimpan agar dapat diproses pada pihak yang berwenang jika dianggap sudah sangat mengganggu. *Kedua*, orangtua dapat melaporkan target profil yang menyerang anak di jejaring sosial dan melaporkan *host* dari website tersebut. *Ketiga*, orang tua perlu memonitor aktivitas anak di dunia media sosial atau jejaring lainnya. *Keempat*, jika pelaku adalah siswa sekolah yang sama dengan anak yang menjadi korban, orang tua perlu mengkomunikasikan kejadian *cyberbullying* pada pihak sekolah. *Kelima*, jika pelaku dapat diketahui dan kejadian *cyberbullying* berlanjut, orangtua pelaku harus dihubungi dan mendapatkan bukti-bukti kejadian. *Keenam*, jika orangtua pelaku tidak responsif dan perilaku *cyberbullying* tetap berlanjut, orangtua korban dapat mencari pengacara untuk mendapatkan nasihat hukum. *Ketujuh*, penegakan hukum diperlukan jika memang tidak terlihat adanya iktikad baik, orangtua dapat melaporkan kejadian *cyberbullying* ke pihak kepolisian. *Kedelapan*, untuk mencegah kemungkinan masalah kesehatan mental akibat *cyberbullying* yang dialami, anak perlu mendapatkan bantuan dari psikolog sekolah atau profesional kesehatan segera.

Kita tidak pernah bisa melepaskan anak dari perkembangan teknologi yang semakin pesat dari hari ke hari. Kita tidak juga bisa memblokir anak dari teknologi karena mereka nantinya akan bertumbuh di dunia yang memiliki teknologi yang semakin canggih dan sangat berbeda dengan orangtuanya saat ini. Hal penting yang dapat dilakukan oleh orangtua adalah membuat anak memiliki kemampuan untuk menyaring informasi yang didapatkan dari media teknologi yang ada, memberikan dasar agama dan nilai-nilai yang berkaitan dengan moral. Selain itu terus menjalin komunikasi dan melakukan pengawasan terhadap akses teknologi yang dilakukan anak juga dapat membantu menghindari anak dari dampak-dampak buruk dari teknologi.



Daftar Pustaka



- Adams, F.D & Lawrence, G.J. 2011. Bullying Victims: The Effect Last into College. *American Secondary Education*, 40(1).
- Adilla, N. 2009. Pengaruh control sosial terhadap perilaku bullying pelajar di sekolah menengah pertama. *Jurnal Kriminologi Indonesia*, 5 (1), 56-66.
- Ahmed, E., Harris, N., Braithwaite, J. & Braithwaite, V. 2001, *Shame Management Through Reintegration.*, Cambridge University Press, Melbourne.
- Akella, D. (2016). Workplace bullying: not a manager's right? *SAGE Open*, 6(1), 2158244016629394.
- Amalia, Dina. 2010. "Hubungan antara Persepsi tentang Bullying dengan Intensi untuk Bullying pada Siswa SMA Negeri 82 Jakarta." *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Universitas Islam Syarif Hidayatullah Jakarta.
- American Educational Research Association. 2013. *Prevention of Bullying in School, Colleges and University*. Washington: AERA Council.
- Astuti, Ponny Retno. 2013. Pembentukan jaringan orangtua siswa (upaya intervensi pada orangtua untuk mengatasi Bullying di SMA XO). Diunduh dari <http://lontar.ui.ac.id/opac/themes/libri2/detail.jsp?id=106843&lokasi=lokal> pada tanggal 20 November 2013.
- Barbosa, G.E, Schiamberg, L.B, Oehmke, J, Korzeniewski, S.J, Post, L.A, & Heraux, C.G. 2008. "Individual Characteristic and the Multiple Contexts of Adolescent Bullying: An Ecological

- Perspective." *Journal of Youth Adolescence*, 008. SpringerLink.
- Bauman, Sheri. 2007. *Cyberbullying: a Virtual Menace*. Tucson: University of Arizona.
- Beane, A.B. 2008. *Protect Your Child from Bullying*. San Francisco: Wiley Imprint.
- Bhat, Suniti, C. 2008. "Cyber Bullying: Overview and Strategies for School Counsellors, Guidance Officers, and All School Personnel." *Journal of Guidance & Counselling*, Vol. 18 No. 1 pp. 53-66.
- Bollmer, Julie M. 2005. A Friend in Need The Role of Friendship Quality as a Protective Factor in Peer Victimization and Bullying. *Journal of Interpersonal Violence*, Vol. 20 No. 6, June 2005, 7012.
- Borzekowski, Dina. 2006. *Adolescents' Use of the Internet: A Controversial, Coming-of-Age Resource*. Hanley & Belfus, Inc. Diunduh dari: http://www.redorbit.com/news/technology/433633/adolescents_use_of_the_internet_a_controversial_comingofage_resource/ pada tanggal 6 April 2011.
- Boulton, M. J., & Smith, P. K. (1994). Bully/victim problems in middle school children: Stability, self-perceived competence, peer perceptions and peer acceptance. *British Journal of Developmental Psychology*, 12, 315-329. doi:10.1111/j.2044-835X.1994.tb00637.x
- Bullen, P & Harre, N. 2000. *The Internet: Its Effects on Safety and Behavior Implication for Adolescents*. Department of Psychology University of Auckland.
- Branch, S., Ramsay, S., & Barker, M. (2008). The bullied boss: A conceptual exploration of upwards bullying. *Advances in Organisational Psychology*, 93.
- Branch, S., Ramsay, S., & Barker, M. (2013). Workplace bullying, mobbing and general harassment: A review. *International Journal of Management Reviews*, 15(3), 280-299.
- Brodsky, C. M. (1976). *The Harassed Worker*. Toronto: Lexington Books, DC Heath.



- Cooper, John O. 2007. *Applied Behavior Analysis*. New Jersey: Pearson prentice Hall.
- Cowan, R. L. (2009). Rocking the boat” and “Continuing to fight”: Un/productive justice episodes and the problem of workplace bullying. *Human Communication*, 12(3), 283–301.
- Djati, Meta Nurdiana Sisnawartu. 2008. “Hubungan antara *Bullying* dengan Depresi pada Siswa SMA.” *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Unika Soegijapranata Semarang.
- Djuwariyah. 2002. *Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dan Agresivitas Remaja Psikologika* No. 13 (69-76)
- Eriksen, Tine Louise Mundbjerg, Nielsen, Helena Skyt & Simonsen, Marianne. 2012. *The Effect of Bullying in Elementary School*. Discussion Paper Series, IZA, No. 6718.
- Einarsen, Staale, Hoel, H., & Notelaers, G. (2009). Measuring exposure to bullying and harassment at work: Validity, factor structure and psychometric properties of the Negative Acts Questionnaire-Revised. *Work & Stress*, 23(1), 24–44.
- Einarsen, Ståle. (2000). Harassment and bullying at work: A review of the Scandinavian approach. *Aggression and Violent Behavior*, 5(4), 379–401. [https://doi.org/10.1016/S1359-1789\(98\)00043-3](https://doi.org/10.1016/S1359-1789(98)00043-3).
- Einarsen, Ståle, Hoel, H., Zapf, D., & Cooper, C. L. (2004). *Bullying and Emotional Abuse in the Workplace. Bullying and Emotional Abuse in the Workplace*. London: Taylor & Francis. <https://doi.org/10.4324/9780203278734>
- Fegenbush, B.S. 2009. *Cyberbullying: A Literature Review*. Lafayette: University of Louisiana. Department of Educational Foundations and Leadership.
- Georgiou, S.N. 2008. Parental Style and Child Bullying and Victimization Experiences at school. *Social Psychology Education*, 11:213-227. Cyprus: University of Cyprus.
- Goleman, Daniel. 2002. *Emotional Intelligence*. Penerjemah T. Hermaya. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hasibuan, L. (2020). *Ellen DeGeneres Kena Skandal Rasis*, Diung-

kap Eks Karyawan. *CNBC Indonesia*.

- Hidayati, L. (2016). Pembulian di Tempat Kerja dalam konteks Asia. *Research Report*, 133–142.
- Harris, S & Petrie, G.F. 2003. *Bullying: the bullies, the victims, the bystanders*. Maryland: Scarecrow Press. Inc
- Heitner, E. (2002). The relationship between use of the internet and social development in adolescence. Unpublished doctoral dissertation, Pace University, New York. (Publication number AAT 3065540). Abstract retrieved from ProQuest Dissertation & Thesis A&I database on May 20, 2007 from http://proquest.umi.com.authenticate.library.duq.edu/pqdweb?index=2&did=7649_225418SrchMode=1&sid=18Fmt=2&Vinst=PROD&VType=PQD&RQT=309&VName=PQD&TS=1180196255&clientId=3262.
- Kentel, J.L., & McHugh, T.L. (2015). "Mean mugging": An exploration of young Aboriginal women's experiences of *Bullying* in team sports. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 37, 367–378.
- Koepfel, M & Bouffard, L.A. 2012. The Long-Term Health Consequences of *Bullying* Victimization. *Crime Victims Institute, Report No, 2012-1*. Sam Houston State University.
- Kowalski, R. M., & Limber, S. P., & Agatson, P. W. (2012). *Cyberbullying: Bullying in the digital age*. (2nd ed.). Riley-Blackwell, 282 pp.
- Lam, L.T, Peng, Z.W. 2010. *Effect of Pathological Use of the Internet on Adolescent Mental Health: A Prospective Study*. American Medical Association.
- Lee, Chris. 2004. *Preventing Bullying in Schools: A Guide for Teachers and Other Professionals*. London: Sage Publication Company.
- Louge, N. (2006). Adolescent and the internet. Diunduh dari: https://www.actforyouth.net/resources/rf/rf_internet_1006.pdf.
- Louge, Nathalie. 2006. *Adolescents and the Internet. Research Facts and Findings*. New York: Cornell University.



- Lufkin, B. (2020). How microaggressions cause lasting pain. *BBC Capital*.
- Marantika, J, Aulia, Farah & Zamzami, A. 2011. Hubungan antara Konformitas Kelompok dengan Perilaku *Bullying* pada Siswa di SMK X Padang Panjang. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Universitas Negeri Padang.
- Martin, Garry. 2003. Behavior Modification: What It Is and How To Do It. United State of America: Prentice Hall Inc.
- McKenna, K.Y.A., Green, A.S, Gleson, M.E.J.R. (2002). Relationship formation on the internet: whats the big attraction. *Journal of Social Issues*, 58 (1), 9-31
- Mishna, Faye.,dkk. 2008. Some of My Best Friends-Experiences of Bullying Within Friendships. *School Psychology International* (2008), Vol. 29(5).
- Nansel. T.R., Overpeck, M., Pilla, R.S., Ruan, W.J., Simons-Morton, Scheidt, P. (2001). *Bullying Behaviors Among US Youth Prevalence and Association With Psychosocial Adjustment. Journal of American Medical Association*, 285 (16).
- Namie, G. (2017). 2017. *Workplace Bullying Institute Stopping the Bullying*.
- Nielsen, M. B., & Einarsen, S. V. (2018). What we know, what we do not know, and what we should and could have known about workplace bullying: An overview of the literature and agenda for future research. *Aggression and Violent Behavior*, 42, 71-83. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2018.06.007>.
- O'Keeffe, G.S, Clarke-Pearson, K. 2011. The Impact of Social Media on Children, Adolescents and Families. *Pediatrics*. 127;800-804. American Academy of Pediatrics.
- Oade, A. (2009). Managing workplace bullying: How to identify, respond to and manage bullying behaviour in the workplace. *Managing Workplace Bullying: How to Identify, Respond to and Manage Bullying Behaviour in the Workplace*. Springer. <https://doi.org/10.1057/9780230249165>.

- Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention. 2001. *Addressing the Problem of Juvenile Bullying*. U.S Department of Justice.
- Olweus, Dan. 1993. *Bullying at School: what we know and what we can do*. Malden USA: Blackwell Publishing.
- Parker, G Jeffrey., Asher R Steven. 2003. Friendship and Friendship Quality in Middle Childhood: Links With Peer Group Acceptance and Feelings of Loneliness and Social Dissatisfaction. *Developmental Psychology*. Vol. 29, No. 4, p 611-621.
- Passer, Michael W. 2008. *Psychology: The Science of Mind and Behavior*. New York: Mc. Graw-Hills.
- Polanin, JR, Espelage, DL, Pigott, TD. 2012. A Meta Analysis of School-Based *Bullying* Prevention Programs' Effect on Bystander Intervention Behavior. *School Psychology Review*, Vol.41, No.1, pp.47-65. National Association of School Psychologist.
- Říčan, P., Klicperová, M., & Koucká, T. (1993). Families of bullies and their victims: A childrens view. *Studia Psychologica*, 35(3), 261–266.
- Rayner, C., & Hoel, H. (1997). A summary review of literature relating to workplace bullying. *Journal of Community and Applied Social Psychology*, 7(3), 181–191. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-1298\(199706\)7:3<181::AID-CASP416>3.0.CO;2-Y](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-1298(199706)7:3<181::AID-CASP416>3.0.CO;2-Y).
- Rigby, K. (2002). *New perspectives on bullying*. Jessica Kingsley Publishers.
- Rigby, Ken. 2003. Consequences of *Bullying* in Schools. *Journal of Canadian Psychiatry*, Vol.48, No.9, October.
- Rubin, Kenneth H., dkk. 2004. Attachment, Friendship, and Psychosocial Functioning in Early Adolescence. *Journal of Early Adolescence*, Vol. 24 No. 4, p 326-356.
- Saam, N.J. (2010). Interventions in workplace bullying: A multi-level approach. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 19(1), 51–75. <https://doi.org/10.1080/>



13594320802651403.

- Sanders, C.E & Pbye, G.D (editors). 2004. *Bullying: Implication for the Classroom*. California: Elsevier Inc.
- Santrock, John W. 2001. *Life Span Development Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, John W. 2003. *Adolescence; Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Smith, P.K & Ananiadou, K. 2003. The Nature of School Bullying and the Effectiveness of School-Based Intervention. *Journal of Applied Psychoanalytic Studies*, Vol.5, No.2, April. London: Human Sciences Press.
- Smith, Peter K. 2004. *Bullying: Recent Developments*. *Child and Adolescent Mental Health* Volume 9, No. 3, 2004, pp. 98-103.
- Stein, S.J. & Book, H.E. 2002. *Prinsip dasar kecerdasan emosi meraih sukses*. Alih bahasa: Januarsari, T, R & Murtanto, Y. Bandung: Kaifa.
- Subrahmanyam, K & Lin, G. 2007. Adolescent on The Net: Internet Use and Well Being. *Adolescence*. Vol. 42, No. 168. San Diego: Libra Publisher, Inc.
- Subrahmanyam, K, Greenfield, P.M, Tynes, B. (2004). Constructing sexuality and identity in an online teen chat room. *Applied Developmental Psychology*, 25, 651-666.
- Subrahmanyam, K, Greenfield, P & Smahel, D. 2006. Connecting Developmental Construction to the Internet: Identity Presentation and Sexual Exploration in Online Teen Chat Rooms. *Journal of Developmental Psychology*. Vol.42, No.3, 395-406.
- Subrahmanyam, K., Smahel, D, Greenfield, P. (2006). Connecting Developmental Constructions to the Internet: Identity presentation and sexual exploration in online teen chat rooms. *Developmental Psychology*, 42 (3), 395-406.
- Swearer, S.M. 2009. *Bullying prevention and intervention: realistic strategies for schools*. New York: Guilford Press.
- Tynes, Brendesha. 2007. Internet Safety Gone Wild? Sacrificing the Educational and Psychosocial Benefits of Online Social



- Environment. *Journal of Adolescent Research*. Vol.22,No.6, p.575-584. Sage Publication.
- Vogel, Stacy W. 2006. The Relationship Between *Bullying* And Emotional Intelligence. *Dissertation Tidak Diterbitkan*. University North Central Arizona.
- Walsh, D. (2014). *Why do they act that way: A survival guide to the adolescent for you and your Teen* (2nd Edition). New York: Atria Paper Back.
- Whitney, L., Nabuzoka, D., & Smith, P.K. (1992). *Bullying in schools: Mainstream and special needs*. *Support for Learning*, 7(1), 3-7. doi:10.1111/j.1467-9604.1992.tb00445.x.
- Whittaker, E & Kowalski, R.M (2015). *Cyberbullying via social media*. *Journal of School Violence*, 14: 11-29. DOI: 10.1080/15388220.2014.949377.
- Willard, Nancy. 2007. Educator's guide to *cyberbullying* and cyberthreats. <http://csriu.org>, <http://cyberbully.org>, and <http://cyber-safe-kids.com>.
- Yusuf, Husmiati dan Fahrudin, Adi. 2013. Perilaku *Bullying*: Asesmen Multidimensi dan Intervensi Sosial. Di unduh dari: https://www.academia.edu/3600222/Husmiati_and_Fahrudin_A._2013_.Perilaku_Bullying_Asesmen_Multidimensi_dan_Intervensi_Sosial, tanggal 20 November 2013.
- Zapf, D., Knorz, C., & Kulla, M. (1996). On the relationship between mobbing factors, and job content, social work environment, and health outcomes. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 5(2), 215-237.
- Zlomke, Kimberly. 2003. Token Economy Plus Self Monitoring to Reduce Disruptive Classroom Behaviors. *The Behavior Analyst Today*, Vol. 4 Issue 2. Southern Illinois University.



Tentang Penulis

Farah Aulia, lahir pada tanggal 19 November 1981 di Kota Padang. Ia adalah seorang istri dan ibu dari dua orang anak, psikolog sekaligus dosen di Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang. Pendidikan sarjana diselesaikan di Fakultas Psikologi UGM pada tahun 2004. Selanjutnya tahun 2008 menyelesaikan S-2 di Magister Profesi Psikologi Fakultas Psikologi UGM dengan peminatan pada Psikologi Pendidikan. Gelar Doktor didapatkan pada tahun 2019 juga dari Fakultas Psikologi UGM. Minat penelitiannya adalah pada bidang Psikologi Pendidikan dan Psikologi Positif. Saat ini, ia juga menjabat sebagai Ketua Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang untuk periode 2019-2023.

Amin Akbar, lahir di Desa Salido, 14 November 1994 merupakan alumni dari Program Studi Psikologi Universitas Negeri Padang angkatan 2011. Beliau menyelesaikan pendidikan magisternya di Fakultas Psikologi UGM dengan konsentrasi Psikologi Sosial pada tahun 2018. Beliau saat ini mengabdikan diri sebagai Dosen Psikologi di Universitas Negeri Padang Sejak tahun 2019. Beberapa riset dari beliau membahas tentang psikologi olahraga yang memang menjadi minat dan ketertarikan sejak di bangku kuliah.

Elrisfa Magistarina, lahir di Padang, pada tanggal 16 Juni 1992. Ia menyelesaikan pendidikan Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran, Bandung pada tahun 2015.

kemudian, melanjutkan pendidikannya dengan mengambil program magister peminatan *Developmental Psychology* di Maastricht University, The Netherlands pada tahun 2017. Minat penelitiannya adalah pada bidang Psikologi Perkembangan. Setelah menamatkan pendidikan, ia memulai kariernya di Universitas Negeri Padang pada tahun 2018 sebagai dosen di Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan.

