

Edukasi Pencegahan *Bullying* Di SMA Negeri 1 Labuhan Deli Medan

¹Siska Dwi Ningsih, ²Ruth Donda Eleonora, ³Panni Ance L. Tobing

¹Program Studi Psikologi Universitas Sari Mutiara Indonesia

^{2,3}Program Studi PG PAUD Universitas Sari Mutiara Indonesia

email : siscadwiningsih@yahoo.co.id

ABSTRAK

Bullying pada remaja memberikan dampak negatif bagi korban maupun bagi pelaku. Dampak pada korban seperti menarik diri pada lingkungan, rendahnya tingkat kehadiran dan rendahnya prestasi akademik, trauma yang dapat menjadi depresi, dan cemas yang berlebihan. Selanjutnya dampak bagi pelaku seperti setuju terhadap kekerasan, tipikal orang berwatak keras, mudah marah, dan kurang berempati. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan para siswa dalam menyikapi dan memahami tentang pentingnya edukasi pencegahan *bullying* di SMA Negeri 1 Labuhan Deli Medan. Metode pengabdian masyarakat ini dengan edukasi pada pencegahan *bullying* di SMA Negeri 1 Labuhan Deli Medan dalam bentuk ceramah dan Tanya jawab serta menonton video pencegahan *Bullying*. Hasil Pengabdian masyarakat ini adalah menambah pengetahuan para siswa/siswi untuk lebih mengerti, memahami bentuk-bentuk perilaku *bullying*, dan faktor yang melatarbelakangi serta melakukan pencegahan untuk menghindari perilaku *bullying*. Diharapkan setelah dilakukan edukasi pencegahan *Bullying* ini para siswa/siswi di SMA Negeri 1 Labuhan Deli Medan pengetahuannya semakin meningkat.

Kata Kunci : **edukasi, pencegahan, *bullying***

ABSTRACT

Bullying in adolescents has a negative impact on both the victim and the perpetrator. Impacts on victims such as withdrawal from the environment, low attendance and low academic achievement, trauma that can lead to depression, and excessive anxiety. Furthermore, the impact on the perpetrators such as agreeing to violence, typical people with a strong character, irritability, and lack of empathy. The purpose of this community service is to increase students' knowledge in responding to and understanding the importance of bullying prevention education at SMA Negeri 1 Labuhan Deli Medan. This community service method uses education on bullying prevention at SMA Negeri 1 Labuhan Deli Medan in the form of lectures and questions and answers as well as watching videos on bullying prevention. The result of this community service is to increase the knowledge of students to better understand, understand the forms of bullying behavior, and the factors behind and take precautions to avoid bullying behavior. It is hoped that after this bullying prevention education is carried out, the knowledge of students at SMA Negeri 1 Labuhan Deli Medan will increase.

Keywords: **education, prevention, *bullying***,

PENDAHULUAN

Sekolah menjadi lingkungan pada siswa atau murid dalam proses untuk berinteraksi sosial secara langsung dengan teman sebaya atau guru. Akan tetapi, sekarang ini banyak

terjadi permasalahan yang dilakukan oleh siswa atau murid di lingkungan sekolahnya. Masalah yang sering muncul salah satunya adalah tentang *bullying*. *Bullying* adalah tindakan penyalahgunaan kekuatan atau kekuasaan yang bertujuan untuk merugikan orang lain secara fisik, sosial, maupun psikologis. Tindakan ini dapat terjadi di mana saja, termasuk di sekolah (www.sehat.com).

Menurut Komisioner KPAI Retno (2021) (dalam TribunJakarta.com) merilis catatan akhir tahun terkait kasus perundungan atau kekerasan yang terjadi di lingkungan sekolah sepanjang tahun 2021. Berdasarkan catatan KPAI, sebanyak 17 kasus kekerasan telah terjadi dengan melibatkan para peserta didik dan juga pendidik selama periode 2 Januari hingga 27 Desember 2021. 17 kasus tersebut, terjadi di lingkungan satuan pendidikan, dan ada pula yang di luar satuan pendidikan namun melibatkan peserta didik, seperti kasus tawuran antar pelajar. "Kasus-kasus kekerasan fisik/perundungan dan *pembullying* di satuan pendidikan terjadi di sejumlah daerah. Mulai dari jenjang pendidikan Sekolah Dasar (SD) sampai SMA/SMK. Seluruh kasus yang tercatat melibatkan sekolah-sekolah dibawah kewenangan KemendikbudRistek," jelas Komisioner KPAI, Retno Listyarti dalam keterangan tertulis, Rabu (29/12/2021). Ia merincikan, kejadian ini ditemukan di 11 provinsi yang meliputi Jawa Barat, Jawa Timur, Daerah istimewa Yogyakarta (DIY), DKI Jakarta, dan juga Banten. Selain itu, ada pula di Kepulauan Riau, Sulawesi tenggara, Kalimantan Utara, NTT, NTB Sumatera Selatan dan Sumatera Utara. Adapun jenis kasus kekerasan yang terjadi, didominasi oleh *Bullying* fisik.

Kasus *pembullying*-an oleh sekelompok remaja di Kota Medan Sumatera Utara. Seorang remaja perempuan terlihat sedang dikerumuni oleh sekelompok temannya. Ia dipukuli, dijambak-jambak rambutnya bahkan sempat ditendangi beberapa kali. Tak hanya menerima kekerasan, korban juga dihujani oleh ujaran dengan kata-kata kasar oleh para pelaku. www.merdeka.com Selanjutnya Aksi *Bullying* Siswa SMP di Kabupaten Toba, Pelajar Lain Jadi Penonton. Seorang siswa SMP menginjak temannya. Sementara beberapa rekannya yang juga masih menggunakan seragam terlihat menyaksikan aksi tersebut (sumut.inews.id.)

Djuwita (dalam Ela Zain Zakiyah dkk, 2017) *Bullying* adalah bentuk-bentuk perilaku kekerasan dimana terjadi pemaksaan secara psikologis ataupun fisik terhadap seseorang atau sekelompok orang yang lebih "lemah" oleh seseorang atau sekelompok orang. Pelaku *bullying* yang biasa disebut *bully* bisa seseorang, bisa juga sekelompok orang, dan ia atau mereka mempersepsikan dirinya memiliki *power* (kekuasaan) untuk melakukan apa saja terhadap

korbannya. Korban juga mempersepsikan dirinya sebagai pihak yang lemah, tidak berdaya dan selalu merasa terancam oleh *bully*.

Perilaku *Bullying* terdiri dari fisik (verbal) dan non-fisik (non-verbal), *bullying* secara fisik (verbal) meliputi menendang, memukul, mendorong, menonjok, bahkan mencubit. Perilaku *bullying* non-fisik (non-verbal) meliputi mengejek, mencaci, mengancam, memeras, menghasut, serta mengintimidasi. Perilaku *bullying* berdampak pada diri korban seperti perasaan takut, minder, dan merasa tidak di hargai. Dampak lain yang di alami oleh korban *bullying* adalah mengalami berbagai macam gangguan yang meliputi kesejahteraan psikologis yang rendah (*low psychological well-being*) dimana korban *bullying* akan merasa tertekan, tidak nyaman, takut, murung, rendah diri, dan merasa tidak berharga, lalu menjauh dari teman-temannya, menjadi pendiam, penyesuaian sosial yang buruk, dimana korban *bullying* merasa takut kesekolah dan bahkan tidak ingin bersekolah, dan juga bisa mengambil keputusan yang tidak masuk akal seperti ingin bunuh diri, dan mereka juga mengalami masalah belajar, sehingga mengakibatkan menurunnya prestasi akademik. Sejiwa berpendapat bahwa, perilaku *bullying* adalah penghambat besar bagi seorang anak untuk mengaktualisasikan diri. Hal tersebut menjelaskan bahwa tindakan *bullying* akan menjadi penghambat terhadap interaksi sosial anak sehingga anak tidak bisa mengeksplorasi dirinya dengan baik, dan menyebabkan hubungan sosial anak menjadi renggang (Mira Sartika, 2019).

Bullying juga memberikan dampak terhadap korban secara psikologis. Ketika mengalami *bullying*, korban merasakan banyak emosi negatif (marah, dendam, kesal, tertekan, takut, malu, sedih, tidak nyaman, terancam) namun tidak berdaya menghadapinya. Dalam jangka panjang emosi-emosi ini dapat berujung pada munculnya perasaan rendah diri bahwa dirinya tidak berharga. Para korban kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, ingin pindah ke sekolah lain atau keluar dari sekolah itu, terganggu prestasi akademisnya atau sering sengaja tidak masuk sekolah. Selain itu, *bullying* berdampak terhadap timbul-nya gangguan psikologis, seperti rasa cemas berlebihan, selalu merasa takut, depresi, ingin bunuh diri, dan gejala-gejala gangguan stres pasca-trauma (post-traumatic stress disorder), merasa hidupnya tertekan, takut bertemu pelaku *bullying*, bahkan depresi dan berkeinginan untuk bunuh diri Azis A (dalam Desi Sutari dkk, 2017).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Sekolah SMA Negeri 1 Labuhan Deli Medan. Dari hasil wawancara siswa di SMA Negeri 1 Labuhan Deli dari 15 siswa, 9 dari mereka kurang memiliki pengetahuan secara spesifik tentang apa itu *bullying*, jenis-jenis *bullying* yang terjadi, ketika ditelusuri apakah kalian pernah mengalami *bullying* seperti diejek,

dipukul dan ditempeleng oleh temannya, mereka mengganggu, anggukkan kepala, namun mereka tidak bisa menyelesaikan masalahnya hanya tetap berdiam diri atau malah sebaliknya dengan memukul temannya. Melalui proses wawancara yang dilakukan sebagian besar tidak mengetahui tentang perilaku *bullying*, jenis-jenis *bullying*, dampak yang ditimbulkan dari *bullying*, dan 6 dari mereka bisa memahami tentang *bullying* tetapi belum secara jelas.

Tingginya tingkat *bullying* pada siswa di Sekolah menunjukkan pentingnya pengetahuan dan sikap siswa terhadap terjadinya perilaku *bullying*. Tingginya tingkat *bullying* dan dampak yang ditimbulkan serta minimnya pengetahuan siswa terkait *bullying* sehingga perlu dilakukan suatu upaya promotif berupa penyuluhan tentang “Edukasi Pencegahan *Bullying* Di Sekolah SMA Negeri 1 Labuhan Deli Medan”.

METODE PELAKSANAAN

1. Tahap Persiapan

Tahap awal kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah melakukan kontrak kepada para siswa/siswi yang telah disiapkan untuk bisa berpartisipasi aktif dalam Penyuluhan “Edukasi Pencegahan *Bullying*”, baik kontrak waktu dan kesediaannya sebagai peserta.

Persiapan awal lain adalah alat-alat yang digunakan yaitu seperti laptop, *Liquid crystal display* (LCD), layar proyektor, *sound system*, dan mikrofon. Pembuatan *Power Point* untuk materi Edukasi Pencegahan *Bullying* dibuat dengan menggunakan materi yang mudah dimengerti dan menggunakan gambar-gambar serta pembuatan Video Pencegahan *Bullying*

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan pengabdian masyarakat ini para siswa/siswi Di SMA Negeri 1 Labuhan Deli Medan terlebih dahulu mengisi daftar hadir yang diberikan oleh tim pengabdian masyarakat dan setelah itu salah seorang Fasilitator memberikan ucapan salam sambil mengucapkan yel-yelnya kepada siswa/siswi. agar tetap semangat menjalani sesi awal sampai selesai. Setelah itu memberikan pengetahuan tentang edukasi pencegahan *bullying* dalam hal ini pengertian dari *bullying*, bentuk-bentuk *bullying*, faktor penyebab *bullying*, dampak terjadinya *bullying* bagi korban dan pelaku serta pencegahannya kemudian dilanjutkan penyajian video *bullying*. Tim pengabdian masyarakat juga memutar video agar siswa/siswi mudah mengerti dan memahami tentang *bullying* yang terjadi.

3. Evaluasi

a. Struktur

Siswa yang disiapkan sebanyak 15 orang dengan perantara usia 13-15 tahun.

Tim pengabdian masyarakat berbagi tugas dimana 1 orang penyaji materi, video dan sekaligus yang membawakan acara penyuluhan ini, 1 orang bertugas untuk memberikan *Pre test & post test* sebelum dan setelah materi penyuluhan diberikan dan 1 orang lagi bertugas mendokumentasikan pengabdian Masyarakat ini. Tim juga melibatkan 2 orang mahasiswa untuk membantu tim pengabdian masyarakat sehingga kegiatan pengabdian masyarakat tentang Edukasi Pencegahan *Bullying* di SMA Negeri 1 Labuhan Deli Medan ini dapat berjalan dengan baik.

b. Proses

Pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan sesuai jadwal dari pukul 8.30 s/d 10.20 wib dimana saat penyajian materi diselingi dengan tanya jawab.

c. Metode Evaluasi

Metode evaluasi dilakukan pada awal dan akhir penyampaian materi dan para siswa mampu memahami dan mengerti tentang definisi, bentuk-bentuk *bullying*, faktor penyebab *bullying*, dampak terjadinya *bullying* bagi korban dan pelaku serta pencegahannya sehingga siswa mampu memiliki sikap lebih berani dan percaya diri terhadap dirinya.

HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada Senin, 28 Maret 2022 dari pukul 8.30 sampai dengan 10.20 yang sasarannya adalah siswa/siswi SMA Negeri 1 Labuhan Deli Medan.

Pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh 3 orang tim dosen dimana 1 orang dosen dari Program Studi Psikologi (Klinis), 2 orang dosen dari Program Studi PG PAUD, serta dibantu oleh mahasiswa-mahasiswi Program Studi PG PAUD.

Tahap awal pengabdian masyarakat ini tim pelaksana/fasilitator mengarahkan siswa/siswinya untuk bersama-sama mempraktekkan yel-yel salam agar tetap semangat, setelah itu menjelaskan definisi dari perilaku *bullying*, bentuk/jenis *bullying*, faktor penyebab *bullying*, dampak *bullying* bagi korban dan pelaku, serta pencegahannya kemudian dilanjutkan penyajian video *bullying*.

Rendahnya tingkat pengetahuan tentang pentingnya edukasi pencegahan *bullying* di sekolah disebabkan oleh kurangnya informasi dan lingkungan yang tidak mendukung untuk kembang tumbuh anak sehingga kebutuhan anak tidak tercukupi (dalam Desi Sutari dkk, 2017).

Berdasarkan hasil melalui *pre test* yang diberikan oleh tim fasilitator pengabdian masyarakat sebelum materi penyuluhan diberikan didapatkan hasil 20% siswa mengerti dan memahami tentang *bullying* namun belum secara jelas dan spesifik. Dan pemberian *Post Test* didapatkan hasil bahwa siswa/siswi sudah memahami dan mengerti lebih spesifik materi tentang *bullying* dalam upaya edukasi pencegahan *bullying* di SMA Negeri 1 Labuhan Deli secara jelas yaitu 80 %. Hal ini di dukung oleh informasi dari para guru dan wali murid yang ada di SMA Negeri 1 Labuhan Deli.



Gambar (1)

Memaparkan materi tentang “Pengertian *bullying*, bentuk-bentuk *bullying* dan faktor penyebab perilaku *bullying*”.

Ketika fasilitator atau tim pelaksana memberikan materi tentang definisi *bullying*, bentuk-bentuk *bullying*, faktor penyebab terjadinya *bullying* kepada siswa, mereka menyimak dan fokus kearah depan namun ketika saat sesi tanya jawab hanya beberapa saja yang memberikan jawaban yang benar sehingga terlihat pengetahuan mereka akan informasi tentang edukasi pencegahan *bullying* masih kurang akan tetapi mereka tetap semangat mengikuti materi sampai selesai.



Gambar (2)

Pemaparan Materi Tentang Akibat, Dampak *bullying* bagi pelaku, korban dan saksi serta pencegahan dan penanggulangan terjadinya perilaku *bullying* pada siswa di disekolah

1. Akibat Bullying

Duane Alexander, M.D., Direktur institut nasional kesehatan anak dan perkembangan manusia atau *national institute for children and human development* (NICHD) di amerika serikat, menjelaskan di tahun 2001, *bullying* adalah masalah kesehatan publik yang mendapat perhatian. Orang-orang yang menjadi korban *bullying* semasa kecil, kemungkinan besar akan menderita depresi dan kurang percaya diri dalam masa dewasa. Sementara pelaku *bullying*, kemungkinan besar akan terlibat dalam tindak kriminal kemudian di kemudian hari. Di indonesia sendiri belum ada data statistik yang memadai karena penelitian terhadap fenomena *bullying* masih relatif baru. Namun karena wujud dan akibat *bullying* umumnya sama di semua negara didunia, maka patut kita waspadai dampak-dampak *bullying* yang dapat menimpa anak-anak kita (dalam Sejiwa, 2008).

Hasil penelitian para ahli, antara lain oleh Rigby, *bullying* yang banyak dilakukan di sekolah pada umumnya mempunyai tiga karakteristik yang terintegrasi sebagai berikut:

- a. Ada perilaku agresi yang menyenangkan pelaku untuk menyakiti korbannya.
- b. Tindakan itu dilakukan secara tidak seimbang sehingga menimbulkan perasaan tertekan korban.
- c. Perilaku itu dilakukan secara berulang atau terus menerus (dalam Ponny Retno Astuti, 2008).

Dari penjelesan di atas maka dapat disimpulkan bahwa *bullying* memiliki tiga karakteristik, seperti perilaku yang agresif untuk menyakiti korban, tindakan yang tidak

seimbang sehingga korban menjadi tertekan dan stress, dan juga penindasan itu dilakukan secara terus menerus dalam jangka waktu yang panjang

2. Dampak Dari Perilaku Bullying

Kasus *bullying* disekolah menimbulkan dampak yang serius terhadap pelaku, korban, maupun siswa-siswa lainnya. Terdapat banyak bukti tentang efek-efek negatif jangka panjang dari tindak *bullying* pada korban dan pelakunya. Pelibatan dalam *bullying* sekolah secara empiris teridentifikasi sebagai sebuah faktor yang berkontribusi pada penolakan teman sebaya, perilaku menyimpang, kenakalan remaja, kriminalitas, gangguan psikologis, kekerasan lebih lanjut disekolah, depresi, dan ide aksi bunuh diri. Efek-efek ini telah ditemukan berlanjut pada masa dewasa baik untuk pelaku maupun korbannya. *Bullying* juga berpengaruh pada sekolah dan masyarakat.

Sekolah dimana *bullying* itu terjadi sering kali dicirikan dengan (a) para siswa yang merasa tidak aman di sekolah, (b) rasa tidak memiliki dan ketidakaan hubungan dengan masyarakat sekolah, (c) ketidakpercayaan di antara para siswa, (d) pembentukan gang formal dan informal sebagai alat untuk menghasut tindakan bullying atau melindungi kelompok dari tindak bullying, (e) tindakan hukum yang diambil menentang sekolah yang dilakukan oleh siswa dan orang tua siswa, (f) turunnya reputasi sekolah di masyarakat, (g) rendahnya semangat juang staf dan meningkatnya stress pekerjaan, (h) dan iklim pendidikan yang buruk (Dalam Sanders, Dkk, 2004). *Bullying* tidak hanya berdampak bagi korban, tapi juga terhadap pelaku, individu yang menyaksikan, diantaranya:

a. Dampak Bagi Korban

Hasil studi yang dilakukan National Youth Violence Prevention Resource Center menunjukkan bahwa bullying dapat membuat remaja merasa cemas dan ketakutan, mempengaruhi konsentrasi belajar di sekolah dan menuntun mereka untuk menghindari sekolah (dalam Sanders, Dkk, 2004).

Bila *bullying* terus berlanjut dalam waktu yang lama, maka akan mempengaruhi pribadi siswa, merasa dikucilkan, munculnya perilaku menarik diri dari lingkungan, stress dan depresi atau merasa tertekan dan tidak nyaman dengan orang lain. Dampak yang paling berbahaya dari bullying adalah bunuh diri serta menarik diri dari lingkungan atau menjauh dalam pengasingan karena merasa sangat tertekan atas penindasan yang dialaminya terus menerus.

b. Dampak Bagi Pelaku

National Youth Violence Prevention Resource mengemukakan bahwa pada umumnya, para pelaku ini memiliki rasa percaya diri yang tinggi dengan harga diri tinggi pula, cenderung bersifat agresif dengan perilaku yang pro terhadap kekerasan, tipikal orang berwatak keras, mudah marah dan impulsif, toleransi yang rendah terhadap frustrasi. Pelaku biasanya tidak takut terhadap orang lain, dan cenderung tidak punya rasa empati sehingga sanggup menyakiti orang lain tanpa memikirkan akibatnya.

Coloroso juga mengungkapkan hal yang sama bahwa siswa akan terperangkap dalam peran pelaku bullying, tidak dapat mengembangkan hubungan yang sehat, kurang cakap untuk memandang dari perspektif lain, tidak memiliki empati serta menganggap bahwa dirinya kuat dan disukai sehingga dapat mempengaruhi pola hubungan sosialnya di masa yang akan datang. Dengan melakukan bullying, pelaku akan beranggapan bahwa mereka memiliki kekuasaan terhadap keadaan (dalam Coloroso, 2016)

Dari pendapat di atas dapat dilihat bahwasanya jika perilaku bullying di biarkan secara terus menerus tanpa intervensi, pelaku *bullying* dapat menimbulkan kekerasan lain yang lebih parah menjurus ke tindak kriminal seperti pembunuhan.

c. Dampak Bagi Siswa Yang Menyaksikan Bullying (Bystanders)

Jika kekerasan *bullying* di biarkan terus berlanjut tanpa adanya pencegahan atau penanganan, maka siswa yang melihat atau menyaksikan peristiwa ini menganggap bahwa perilaku *bullying* adalah hal yang wajar terjadi di lingkungan mereka dan dapat diterima secara sosial. Dalam hal ini kemungkinan besar siswa-siswa yang menyaksikan akan ikut andil atau bergabung dengan pelaku untuk menyakiti orang lain atau melakukan penindasan terhadap orang lain yang dianggap lemah dan menganggap bahwa mereka kuat, hal ini juga untuk mencegah dirinya untuk di jadikan korban *bullying* oleh siswa-siswa lainnya. Hal yang paling miris adalah mereka yang hanya menyaksikan tanpa melakukan apapun untuk melawan atau membela korban.

Hal-Hal Yang Perlu Diperhatikan Dalam Upaya Pencegahan *Bullying* di Sekolah :

Edukasi mengenai *bullying* :

Edukasi mengenai bullying di sekolah merupakan langkah awal dalam memberikan pengetahuan yang jelas mengenai *bullying* itu sendiri. Guru harus memberikan arahan dan juga informasi mengenai bullying, faktor-faktor serta dampak yang mungkin ditimbulkan

akibat dari perilaku bullying. Melalui kegiatan edukasi ini, diharapkan siswa mendapatkan pengetahuan serta meningkatkan awareness atau kesadaran mengenai betapa pentingnya menjauhi perilaku bullying di sekolah dan lingkungan sosial.

Melakukan bimbingan intensif terhadap pelaku *bullying*:

Bimbingan intensif yang dimaksud disini adalah berupa pemberian arahan, peringatan serta teguran terhadap pelaku *bullying*. Bimbingan ini dimaksudkan untuk memberikan arahan bahwa perilaku yang ia lakukan tidak pantas untuk dilakukan. Selain itu, dalam bimbingan ini juga dilakukan perbaikan moral dan tindakan pelaku melalui berbagai bimbingan psikologis. Kegiatan bimbingan ini dapat dilakukan oleh guru, guru BK (Bimbingan Konseling) dan kerja sama dengan orang tua.

Pendampingan kepada korban *bullying* :

Selain bimbingan terhadap pelaku, bimbingan serta pendampingan terhadap korban *bullying* juga merupakan hal yang amat penting untuk dilakukan. Hal ini meninjau dari kemungkinan adanya gangguan mental serta penurunan motivasi belajar yang dihadapi oleh korban. Dalam kegiatan ini, guru harus bekerja sama dengan guru BK serta orang tua dalam upayanya memperbaiki kondisi mental korban *bullying* secara intensif.

Berbagai upaya penanggulangan serta pencegahan kejadian *bullying* di sekolah yang telah dipaparkan di atas tidak akan berjalan dengan lancar apabila tidak dilakukan koordinasi antar pihak di sekolah.

Oleh sebab itu, kegiatan ini harus dilakukan secara komprehensif bersama dengan seluruh pihak di lingkungan sekolah agar pencegahan dan penanggulangan perilaku *bullying* di sekolah dapat terlaksana dengan baik.

Langkah-langkah berikut sebagai upaya menghentikan *bullying* :

Bila di *bully* :

- Tetap percaya diri dan hadapi tindakan bullying dengan berani.
- Abaikan upaya bullying dengan sikap cuek

- Simpan semua bukti bullying yang bisa kalian laporkan, kepada orang dewasa yang dekat dan kalian percaya, seperti guru, jika guru adalah pelaku, laporkan segera ke orang tua kalian, jika perlu melaporkan ke aparat penegak hukum, dalam hal ini Polisi.
- Jangan pernah takut untuk berbicara atau melaporkan, meskipun kalian diancam oleh pelaku, karena, mengancam juga merupakan tindakan kriminal.
- Berbaurlah dengan teman-teman yang membuat kalian percaya diri dan selalu berpikir positif.
- Tetap berpikir positif. Tidak ada yang salah dengan diri kalian, selama kalian tidak merugikan orang lain. Tetaplah jadi diri kalian sendiri dan lawan rasa takut kalian dengan rasa percaya diri.

Jika melihat orang di *bully* :

- Jangan diam
- Berusahalah mendamaikan
- Dukunghlah korban *bullying* agar dapat memulihkan rasa percaya dirinya kembali dan mendampinginya agar tetap bertindak positif
- Bicaralah dengan orang terdekat pelaku *bullying* agar dapat memberikan perhatian dan masukan kepada pelaku!
- Laporkan kepada pihak yang bisa menjadi penegak hukum di lingkungan terjadinya *bullying*, seperti kepala sekolah & guru, jika guru atau kepala sekolah yang menjadi pelaku, seperti tokoh masyarakat, atau aparat penegak hukum! (www.merdeka.com)

Oleh karena itu perlu adanya kerja sama antara semua pihak, baik guru, staf, maupun siswa yang ada di lingkungan tersebut atau bahkan dengan orang tua siswa. Guru juga sangat berperan penting dalam menanggulangi atau mencegah terjadinya *bullying* di sekolah terutama guru bimbingan dan konseling (konselor) dengan memberikan pencerahan atau edukasi anti *bullying* terhadap siswa-siswa agar mereka merasa di lindungi dan bisa melindungi dirinya sendiri serta mereka juga merasa bahwa pihak sekolah memperhatikan mereka.

Dengan memberikan penyuluhan edukasi pencegahan *bullying* di SMA Negeri 1 Labuhan Deli pada siswa maka memudahkan mereka untuk lebih memahami tentang *bullying* itu sendiri serta menjadikan siswa sadar akan tindakan berbahaya dari perilaku *bullying*.

Hal ini sejalan dengan penelitian Nur Dafiq dkk., tahun 2020 yang menunjukkan bahwa dengan pemberian edukasi pencegahan *bullying* di Sekolah memberi peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku *bullying* pada siswa yang signifikan.

KESIMPULAN

Bagi pihak sekolah atau tim pendidik (guru), diharapkan dapat meningkatkan pengetahuannya terkait *bullying* yaitu membuat program baru dan memberikan kegiatan pembinaan pada siswa khususnya upaya penanggulangan *bullying* seperti edukasi pencegahan *bullying*. Serta mempromosikan edukasi pencegahan *bullying* pada siswa dengan memanfaatkan media yang lebih menarik seperti membuat poster, dan menayangkan film/video pada saat dilakukan penyuluhan tentang dampak negatif dari bahaya *bullying* pada siswa dan edukasi pencegahannya akan meningkatkan pengetahuan yang lebih baik bagi para siswa.

Perlunya kerjasama di berbagai pihak terutama bagi tim pendidik yang memahami terkait permasalahan tentang *bullying*, seperti dosen psikologi, psikolog, instansi dan tim kesehatan lainnya sehingga meminimalisir perilaku *bullying* dan mengurangi dampak dari perilaku *bullying* yang terjadi.

DAFTAR PUSTAKA

- Coloroso, Barbara. (2006). *Penindas, Tertindas, Dan Penonton; Resep Memutus Rantai Kekerasan Anak Dari Prasekolah Hingga SMU*, Jakarta: Serambi Ilmu Pustaka.
- Desi Sundari Utami, dkk (2017). Pengetahuan Remaja Tentang Bullying di SMA Dan SMK PGRI Lembang Kabupaten Bandung Barat. *Jurnal Kesehatan Aeromedika : Poltekes TNI AU Ciumbuleuit Bandung Volume III – No.1, Maret 2017*.
- Ela Zain Zakiyah dkk, (2017). Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying. *Jurnal Penelitian & PPM. Volume 4 No 2*.
- http www.sehatq.com. 12 Cara Mengatasi Bullying di Sekolah yang Penting Diketahui: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Diakses: KAMIS 14 April 2022. <https://www.sehatq.com/artikel/tips-mencegah-bullying-di-sekolah-yang-penting-diketahui-orangtua>
- Merdeka.com.(2019). <https://www.merdeka.com/gaya/7-hal-yang-bisa-dilakukan-jika-kamu-jadi-korban-bullying.html>

- Mira Sartika (2019). Pengaruh Bullying Terhadap Perkembangan Kemampuan Sosial Siswa Di SMA Negeri 11 Banda Aceh, Skripsi. (Banda Aceh): UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY.
- Nur Dafiq dkk., (2020). Upaya Edukasi Pencegahan Bullying Pada Siswa Sekolah Menengah Atas di Kabupaten Manggarai NTT. Di Akses Sabtu 4 Juni 2022. <https://unikastpaulus.ac.id/jurnal/index.php/jrt/article/view/610/393>
- Retno Astuti, Ponny. (2008). Meredam Bullying, Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Sanders, Dkk. (2004). Bullying Implication For The Classroom, California, Elsevier Academic Press.
- Sejiwa. (2008). Bullying (Mengatasi Kekerasan Di Sekolah Dan Lingkungan Sekitar Anak), Jakarta: Gramedia.
- sumut.inews.id dengan judul " Video Viral Aksi Bullying Siswa SMP di Kabupaten Toba, Pelajar Lain Jadi Penonton ", Diakses pada hari Kamis 12 Mei 2022. : <https://sumut.inews.id/berita/video-viral-aksi-bullying-siswa-smp-di-kabupaten-toba-pelajar-lain-jadi-penonton>.

LAMPIRAN DOKUMENTASI

