

PKM SOSIALISASI “STOP BULLYING, BULLYING DARI PERSPEKTIF PSIKOLOGI”

Sri Damayanti

Universitas Muhammadiyah Tangerang, Banten, Indonesia

SUBMISSION TRACK

Submitted : 27 September 2024

Accepted : 6 October 2024

Published : 7 October 2024

KEYWORDS

Keywords: Prevention,

Bullying

Kata Kunci: Pencegahan,

Bullying

CORRESPONDENCE

E-mail:

sridamayanti1683@gmail.com

A B S T R A C T

Information services are steps that can be taken by Counselors/Psychologists in schools in dealing with the many bullying behaviors in schools, because most students do not realize that behaviors that are considered normal are part of bullying behavior, students' low knowledge of understanding bullying makes this a tradition in children's relationships. Students need a basic understanding of bullying. The purpose of the service through the socialization activity "Stop Bullying, Bullying from a Psychological Perspective", students understand the details of bullying behavior, and students are able to eliminate bullying behavior in everyday life. The community partnership program in this case, SMAN 7 Tangerang Selatan school through the implementation method is to socialize students about the dangerous impacts of bullying in schools.

Layanan informasi merupakan langkah-langkah yang dapat dilakukan oleh Konselor/Psikolog di sekolah dalam menghadapi banyaknya perilaku bullying di sekolah, karena sebagian besar siswa tidak menyadari bahwa perilaku yang dianggap biasa bagian dari perilaku bullying, rendahnya pengetahuan siswa akan pemahaman tentang bullying membuat hal ini menjadi sebuah tradisi dalam pergaulan anak-anak. Siswa membutuhkan pemahaman yang mendasar mengenai bullying. Tujuan dari pengabdian melalui kegiatan sosialisasi “Stop Bullying, Bullying dari Perspektif Psikologi” ini, siswa memahami detail perilaku bullying, dan siswa mampu menghilangkan perilaku bullying dalam pergaulan sehari-hari. Program kemitraan masyarakat dalam hal ini sekolah SMAN 7 Tangerang Selatan melalui metode pelaksanaan yakni melakukan sosialisasi kepada siswa mengenai dampak bahaya dari bullying di sekolah.

2024 All right reserved

This is an open-access article under the [CC-BY-SA](#) license



A. Pendahuluan

Setiap pelajar tentu memiliki banyak impian yang ingin di raih. Kemauan, optimisme, dan semangat yang pelajar miliki adalah kunci untuk meraih impian dan mengatasi berbagai rintangan yang menghadang. Salah satu rintangan yang

mungkin menghadang adalah perilaku perundungan (*bullying*). Setiap remaja menanggapi perundungan dengan cara yang berbeda. Ada yang tak terusik namun ada juga terganggu. Ada yang menderita hingga mengalami depresi berkepanjangan. Bahkan ada yang

kemudian bunuh diri. Ternyata 50% siswa pernah mengalami perundungan di sekolah (UNICEF, 2015).

“Tindakan perundungan (*bullying*) di sekolah telah menjadi permasalahan serius secara global, termasuk di Indonesia. Perundungan di sekolah bukan hanya terjadi di negara-negara berkembang tetapi juga terjadi di negara-negara maju. Penelitian tentang perundungan di kalangan pelajar telah dimulai secara serius dan sistematis di negara-negara Barat sejak tahun 1970-an. Olweus sebagai pelopor penelitian tentang bully terus mendorong para peneliti untuk melakukan penelitian tentang perundungan di kalangan pelajar. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa tindakan perundungan di kalangan pelajar diberbagai negara tersebut terus meningkat setiap tahunnya” (Hatta (2017:283-284)).¹

UUD NRI Tahun 1945 Pasal 28B Ayat 2 yang menyatakan bahwa “setiap anak berhak atas kelangsungan hidup, tumbuh dan berkembang serta berhak atas perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi”. Peraturan perundang-undangan yang berkaitan dengan anak telah banyak diterbitkan, namun pada pengimplementasian di lapangan masih menunjukkan adanya berbagai kekerasan yang dialami oleh anak diantaranya yaitu perilaku *bullying* atau perundungan.

Saat ini tindakan *bullying* atau

perundungan telah menjadi sebuah tindakan yang sangat mengkhawatirkan, terlebih bahwa Indonesia masuk ke dalam kategori empat negara dengan kasus *bullying* tertinggi di dunia. Perilaku perundungan ini memberikan dampak dan akan mempengaruhi kondisi anak yang bisa mengakibatkan turunnya prestasi akademis ataupun non akademis. Kita diharuskan untuk mampu membuat lingkungan sekolah menjadi lingkungan yang aman, nyaman, dan menyenangkan sehingga peserta didik yang berada di sekolah mampu untuk mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya (Fitri dan Aris, 2024).²

Banyak hal yang bisa memicu timbulnya perundungan, seperti bermula dari sebuah **konflik**, dimana terjadi ketidaksepakatan spontan dan sesekali yang mengakibatkan semua pihak marah dan atau semua pihak bertanggung jawab. Perundungan juga bisa terjadi dengan adanya perilaku **Kasar**, yaitu Ketika seseorang mengatakan atau melakukan sesuatu yang menyakitkan TANPA SENGAJA dan mereka melakukannya sekali. Selain itu **Jahat**, Ketika seseorang mengatakan atau melakukan sesuatu yang menyakitkan DENGAN SENGAJA dan mereka melakukannya sekali. Pada akhirnya menyebabkan **Perundungan / Bullying**, Ketika seseorang mengatakan atau melakukan sesuatu yang menyakitkan DENGAN SENGAJA dan mereka TERUS melakukannya-bahkan ketika Anda menyuruh mereka berhenti atau

¹ Hatta, Muhammad. 2017. Tindakan Perundungan (Bullying) dalam Dunia Pendidikan Ditinjau Berdasarkan Hukum Pidana Islam. MIQOT. Vol.XLI No.2. Hal:280-301.

² Fitri Silvia Sofyan dan Aris Roswandi Sanusi,2024. “Pentingnya Menjadi Uptander sebagai Upaya Mengatasi Perundungan di SMK Bina Ilmu Mandiri. ISSN2657-0203,e-ISSN 2686-024.

menunjukkan kepada mereka bahwa Anda kesal. Bullying juga bisa terjadi saat adanya **Penyalahgunaan kekuatan** berupa perilaku agresif atau yang bertujuan untuk menyakiti orang lain, dilakukan secara sengaja dan berulang, dengan memanfaatkan ketimpangan kekuasaan.

Perundungan atau *bullying* adalah perilaku tidak menyenangkan baik secara verbal, fisik, ataupun sosial di dunia nyata maupun dunia maya yang membuat seseorang merasa tidak nyaman, sakit hati dan tertekan baik dilakukan oleh perorangan ataupun kelompok.

Perundungan dianggap telah terjadi bila seseorang merasa tidak nyaman dan sakit hati atas perbuatan orang lain padanya. Perundungan bisa diibaratkan sebagai benih dari banyak kekerasan lain, misalnya: tawuran, intimidasi, pengeroyokan, pembunuhan, dan lain-lain. Sebagai benih kekerasan, bila perundungan bisa ditekan, maka kekerasan yang lebih parah akan bisa dicegah.

Perundungan memiliki berbagai bentuk, seperti: **Verbal** (Membentak, berteriak, memaki, bergosip, menghina, meledek, mencela, memperlakukan, dan lain-lain), **Fisik** (Menampar, mendorong, mencubit, menjambak, menendang, meninju, dan lain-lain) dan **Social**: (Mengucilkan, membeda-bedakan, mendiamkan, dan lain-lain).

Perundungan di dunia maya (*cyber bullying*) juga tidak jarang terjadi. Hal ini terkesan sepele namun ternyata perundungan sering terjadi saat seseorang Memperolok di media sosial (mengirimkan berbagai pesan yang menyakiti, menghina, mengancam

dsn lain-lain. Mengirim Pesan terror, Menyebarkan kabar bohong Mengubah foto tidak semestinya, Perang kata-kata dari dunia maya (flaming), Membuat akun palsu untuk merusak reputasi seseorang, Memperdaya seseorang untuk melakukan sesuatu yang memalukan, dan Mengucilkan seseorang dari grup daring. Perundungan dapat terjadi dimana saja dan kapan saja, dapat berlangsung dalam 24 jam, baik di dunia nyata ataupun dunia maya (*cyber bullying*).

Dampak dari perundungan bagi pelajar sangatlah besar.

1. Akademis. Terjadinya penurunan akademis yang disebabkan enggan untuk hadir di sekoah, menurunnya minat dalam mengerjakan tugas dan keluagtan sekolah lainnya, sulit beradaptasi hingga bisa di dikeluarkan dari sekolah atau kegiatan yang di sukainya.
2. Sosial. Tidak percaya diri, pemalu, tidak mampu menyampaikan pendapatnya dan cenderung mengikuti kemauan orang lain, Punya sedikit sekali teman, tak populer, cenderung menarik diri, Kurangnya rasa humor, Sering diejek, ditertawakan, Kadang dipukul, didorong, ditendang, tanpa mampu membela diri, Bahasa tubuhnya lemah, misalnya: tak ada kontak mata, kepala menunduk, dan badan membungkuk.
3. Fisik. Sakit berkelanjutan, Keluhan pusing, sakit perut (mulas), Gagap, Sulit tidur, Lemah, Mual, Luka-luka pada tubuh korban, Tampak lemah tak berdaya
4. Emosi. Suasana hati yang berubah-ubah, Sensitif, was-was, takut,

cemas, gelisah, tak aman, minta didampingi ke tempat tempat tertentu di mana dia telah mengalami perundungan sebelumnya, Murung, sedih, mudah menangis, Menyalahkan diri sendiri.

Berdasarkan uraian berpikir di atas, melalui kesempatan kegiatan pengabdian ini pengabdian ingin memberikan sosialisasi “PKM Sosialisasi “Stop *Bullying*, *Bullying* Dari Perspektif Psikologi ” dengan harapan pengetahuan yang baik peserta didik menyadari bahwa tindakan *bullying* ini tidak boleh dilakukan terhadap teman sebaya.

Target Program Kemitraan Bagi Masyarakat yang akan dihasilkan dari pelaksanaan layanan informasi yaitu untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang pengetahuan *bullying*, sehingga tidak ada lagi siswa yang bisa menjadi korban *bully*. Pada dasarnya kegiatan ini adalah usaha untuk mencegah terjadinya *bullying* dikalangan siswa. Melalui kegiatan ini siswa diberi pengetahuan terkait, diberikan peserta pengetahuan tentang aspek- aspek *bullying*, dimulai dari penyebab seseorang melakukan *bullying*, bentuk-bentuk *bullying*, dan dampak *bullying*, dan bagaimana menjadi pribadi anti *bullying* di sekolah dan di lingkungan.

Target luaran diharapkan adalah siswa mampu mengenali bentuk-bentuk tindakan *bully*, memahami dampak negatif dari *bullying*, dan memiliki pengetahuan untuk menumbuhkan sikap anti *bullying* dalam kehidupan efektif sehari-hari dan membantu mencegah terjadinya perundungan di kalangan pelajar, khususnya siswa SMA Negeri 7

Tangerang Selatan.

B. Kajian Pustaka

1. Pemahaman

Perundungan/Bullying

Bullying merupakan sebuah kata serapan dari bahasa Inggris. *Bullying* berasal dari kata *bully* yang artinya penggertak, orang yang mengganggu orang yang lemah. Beberapa istilah dalam bahasa Indonesia yang seringkali dipakai masyarakat untuk menggambarkan fenomena *bullying* diantaranya adalah penindasan, pengencetan, perpeloncoan, pemalakan, pengucilan atau intimidasi (Susanti, 2016).³

Barbara Coloroso (2003:44) *Bullying* adalah tindakan bermusuhan yang dilakukan secara sadar dan disengaja yang bertujuan untuk meyakiti, seperti menakuti melalui ancaman agresi dan menimbulkan terror. Termasuk juga tindakan yang direncanakan maupun yang spontan bersifat nyata atau hampir tidak terlihat, dihadapan seseorang dibalik persahabatan, dilakukan oleh seseorang anak atau kelompok anak.

Menurut (Kharis, 2019) *bullying* berasal dari bahasa Inggris kata *bully* artinya suatu kata yang mengacu pada pengertian gertakan, mengertak, atau mengganggu yang mengacu pada pengertian adanya ancaman yang dilakukan seseorang terhadap orang lain atau pelaku terhadap korban yang menimbulkan gangguan psikis bagi korbannya berupa stres, trauma yang muncul

³Susanti.2016.Persepsi pada B4S Stander terhadap Intensitas *Bullying* pada Siswa SMP.UNM: Makasar.

dalam bentuk gangguan fisik, atau psikis atau keduanya, sehingga arti yang lebih luas dari bullying adalah suatu bentuk perilaku yang memberikan kontrol atas tindakan yang berulang untuk mengganggu anak lain yang dianggap lebih lemah dari mereka. Oleh karena itu perilaku *bullying* merupakan sebuah perilaku yang harus diperhatikan oleh guru di sekolah. Sebab *bullying* dapat mempengaruhi perilaku psikis peserta didik dalam belajar.⁴

Banyak para ahli yang mengemukakan pendapatnya mengenai *bullying*. Seperti pendapat Olweus (1993) dalam pikiran rakyat, 5 Juli 2007: “*Bullying can consist of any action that is used to hurt another child repeatedly and without cause*”. *Bullying* merupakan perilaku yang ditujukan untuk melukai siswa lain secara terus-menerus dan tanpa sebab. Sedangkan menurut Rigby (Anesty, 2009) menjelaskan “*bullying*” merupakan sebuah hasrat untuk menyakiti, hasrat ini diperlihatkan dalam aksi, menyebabkan seseorang menderita. Aksi ini dilakukan secara langsung oleh seseorang atau sekelompok orang lebih kuat, tidak bertanggung jawab, biasanya berulang dan dilakukan dengan perasaan senang (Retno Astuti, 2008:3). Riauskina, Djuwita, dan Soesetio (2001) mendefinisikan *school bullying* sebagai perilaku agresif kekuasaan terhadap siswa yang dilakukan berulang-ulang oleh seorang/ kelompok siswa yang

memiliki kekuasaan, terhadap siswa lain yang lebih lemah dengan tujuan menyakiti orang tersebut.

2. Penyebab Terjadinya Perundungan / Bullying di kalangan pelajar

Menurut Psikolog Seto Mulyadi, *bullying* disebabkan karena: (1) saat ini remaja di Indonesia penuh dengan tekanan, terutama yang datang dari sekolah akibat kurikulum yang padat dan teknik pengajaran yang terlalu kaku. Sehingga sulit bagi remaja untuk meyalurkan bakat nonakademisnya. Penyalurannya dengan kejahatan-kejahilan dan menyiksa; (2) budaya feodalisme yang masih kental di masyarakat juga dapat menjadi salah satu penyebab *bullying* sebagai wujudnya adalah timbul budaya senioritas, yang bawah harus nurut sama yang atas.

Bullying dapat terjadi dimana saja, di perkotaan, pedesaan, sekolah negeri, sekolah swasta, di waktu sekolah maupun di luar waktu sekolah. *Bullying* terjadi karena interaksi dari berbagai faktor yang dapat berasal dari pelaku, korban dan lingkungan dimana *bullying* tersebut terjadi.

3. Jenis-jenis Perundungan / Bullying.

Barbara (2006:47-50) membagi jenis-jenis *bullying* ke dalam empat jenis, yaitu:

- a. *Bullying* secara verbal, perilaku ini dapat berupa julukan nama, celaan, fitnah, kritikan kejam, penghinaan, pernyataan-pernyataan yang bernuansa ajakan seksual atau

⁴ Kharis,A.2019 *Dampak Bullying Terhadap Perilaku Remaja (Studi pada SMKN 5 Mataram).JIAP (Jurna; Ilmu Adminstrasi Publik)*,

pelecehan seksual, terror, surat-surat yang mengintimidasi, tuduhan-tuduhan yang tidak benar, kasak-kusuk yang keji dan keliru, gossip, dan sebagainya. Ketiga jenis *bullying* bentuk verbal adalah salah satu jenis yang paling mudah dilakukan dan *bullying* bentuk verbal akan menjadi awal dari perilaku yang lainnya serta dapat menjadi langkah pertama menuju pada kekerasan yang lebih lanjut.

- b. *Bullying* secara fisik, yang termasuk dalam jenis ini ialah memukul, menendang, menampar, mencekik, menggigit, mencakar, meludahi, dan merusak serta menghancurkan barang-barang milik anak yang tertindas. *Bullying* jenis ini adalah yang paling tampak dan mudah untuk diidentifikasi, namun kejadian *bullying* secara fisik tidak sebanyak *bullying* dalam bentuk lain. Remaja yang secara teratur melakukan hal ini, merupakan remaja yang paling bermasalah dan cenderung akan beralih pada tindakan-tindakan kriminal yang lebih lanjut.
- c. *Bullying* secara rasional adalah pelemahan harga diri korban secara sistematis melalui pengabaian, pengucilan, atau penghindaran. Perilaku ini dapat mencakup sikap-sikap yang tersembunyi seperti pandangan yang agresif, lirikan mata, helaan nafas, cibiran, tawa
- d. *Bullying* elektronik merupakan bentuk perilaku *bullying* yang dilakukan pelakunya melalui sarana elektronik seperti computer,

handphone, internet, website, chatting room, email, SMS dan sebagainya. Biasanya ditujukan untuk menyorot korban dengan menggunakan tulisan, animasi, gambar, dan rekaman video atau film yang sifatnya mengintimidasi, menyakiti atau menyudutkan. *Bullying* jenis ini dilakukan oleh kelompok remaja yang memiliki pemahaman cukup baik terhadap sarana teknologi informasi dan media elektronik lainnya.⁵

4. Dampak *Bullying* Terhadap Korban

Novrian, (2017) mengemukakan dampak yang timbul akibat *bullying* bagi peserta didik dari pelaku *bullying* baik bagi pelaku, serta yang menyaksikannya atau eserta didik pada umumnya antara lain:

- a. Bagi pelaku *bullying*, mempunyai tingkat kepercayaan diri dan harga diri yang tinggi, dengan ini memberi mereka kepribadian yang kuat kurang empati dan menyebabkan mereka lepas kendali memiliki keinginan untuk mengontrol segala sesuatu agar merasa berkuasa dan bila pelaku di diamankan tanpa campur tangan dari pihak lain maka dapat menyebabkan terbentuknya perilaku lain seperti penyalagunaan kekuasaan pada teman-teman mereka serta dapat melakukan tindakan yang disebut perilaku *bullying*.

⁵ Barbara Coloroso.2003. Stop Bullying (Memutus Rantai Kekerasan Anak dari prasekolah hingg SMU). Jakarta: Serambi Ilmu Semesta.

- b. Bagi korban, dampak *bullying* dari korban yaitu mempengaruhi konsentrasi dalam belajar di sekolah, mempengaruhi kepercayaan diri dan menghindari karena korban selalu takut dan khawatir selain itu korban mengalami depresi dan merasa tidak bisa membantu dirinya. Sampai ada yang berpikir bunuh diri lah yang dapat menyelesaikan masalah.
- c. Bagi siswa yang menonton, dampak *bullying* bagi siswa yang melihat *bullying* sebagai perilaku yang dapat diterima secara sosial. Dalam situasi ini siswa mungkin akan bergabung dengan pelaku karena takut nanti akan menjadi target berikutnya yang dibully dan beberapa lainnya hanya duduk tanpa melakukan apa-apa mereka hanya sekedar menyaksikan apa yang dilakukan oleh teman sebaya.⁶

5. Cara Mengatasi Perundungan / *Bullying*

Berikut upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi dan menanggulangi perundungan:

- a. Memperkuat pengendalian sosial, hal ini dapat dimaknai sebagai berbagai cara yang digunakan pendidik untuk menertibkan peserta didik yang melakukan penyimpangan, termasuk tindak kekerasan dengan melakukan pengawasan dan penindakan.

- b. Mengembangkan budaya meminta dan memberi maaf.
- c. Menerapkan prinsip-prinsip anti kekerasan.
- d. Memberikan pendidikan perdamaian kepada generasi muda.
- e. Meningkatkan dialog dan komunikasi intensif anatar siswa dalam sekolah.
- f. Menyediakan katarsis.
- g. Melakukan usaha pencegahan tindak kekerasan (*bullying*) di sekolah.

C. Metode Pelaksanaan

Teknis pelaksanaan dari kegiatan PKM Sosialisasi “Stop *Bullying*, *Bullying* Dari Perspektif Psikologi” ini dimulai dari tahapan persiapan, dan tahap pelaksanaan. Pada tahap persiapan penulis melakukan beberapa kegiatan awal dimulai dari melakukan koordinasi dengan pihak sekolah, membuat persiapan materi yang akan disosialisasikan, persiapan alat dan media yang dibutuhkan.

Pada tahap pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam bentuk sosialisasi, dimulai dari pemaparan oleh penulis kemudian penulis melakukan *sharing*, dan juga melakukan prosesi tanya jawab sebagai bentuk terapeutik dalam berbagi pengalaman dengan mitra pengabdian, yaitu siswa SMAN 7 Tangerang Selatan.

D. Hasil, Pembahasan, dan Dampak

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat diawali dengan melakukan koordinasi dengan pihak sekolah, sekaligus memberikan sosialisasi tentang program

⁶ Novrian, A.2017.Hubungan Antara Fungsi Keluarga dengan Kecenderungan Perilaku Bullying Pada Remaja Muslim Kelas SMP Negeri 3 Palembang.

pengabdian dari Universitas Muhammadiyah Tangerang yang akan dilaksanakan pada bulan Februari tahun 2024. Setelah mendapat kesepakatan dari pihak sekolah kemudian menentukan waktu pelaksanaan kegiatan sosialisasi “Stop *Bullying, Bullying* Dari Perspektif Psikologi”, dan setelah disepakati maka kegiatan ini akan dilaksanakan sesuai waktu yang telah disepakati.

Kegiatan ini dilakukan untuk memberikan pemahaman dan keikutsertaan mitra pada kegiatan sosialisasi dalam hal ini yaitu peserta didik pada jadwal yang telah disepakati.

Masuk pada kegiatan inti, yaitu sosialisasi “Stop *Bullying, Bullying* Dari Perspektif Psikologi” di lokasi mitra SMAN 7 Tangerang Selatan, kegiatan ini dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 07 Februari 2024 pukul 09.00 -12.00 secara offline. Berlokasi di SMAN 7 Tangerang Selatan. Susunan acara dimulai dari, a) pembukaan, b) Sambutan dari Kepala Sekolah dan Guru Bimbingan dan Konseling, c) Sambutan ketua tim PKM d) Penjelasan materi sosialisasi “Stop *Bullying, Bullying* Dari Perspektif Psikologi”, melakukan diskusi, tanya jawab, dan sharing sembari mendengar cerita pengalaman setiap siswa terkait *bullying*, e) penutupan, dan berpamitan dengan pihak sekolah.

Materi sosialisasi yang diberikan oleh pengabdian diawali dengan menyampaikan peristiwa *bullying* yang pernah dan sering terjadi dikalangan siswa di sekolah-sekolah,

kemudian pengabdian menyampaikan dampak yang telah banyak dialami oleh korban *bullying* selama ini. Setelah penjabaran awal pengabdian memulai pengenalan dasar terhadap pengertian dari *bullying*. Olweus dalam Smith (2013) *Bullying* ialah sebuah bentuk perilaku agresif yang disengaja guna menyakiti seseorang dan dilakukan berulang kali. Namun Smith (2013) menyimpulkan ini adalah bentuk penyalahgunaan kekuatan dalam lingkup anak-anak, remaja, dan pekerja. Perilaku *bullying* sangat serta kaitannya dengan intimidasi baik yang dilakukan secara individu maupun kelompok yang lebih kuat kepada individu atau kelompok yang lemah.

Pada kegiatan sosialisasi pengabdian menyajikan bentuk-bentuk tindakan *bullying*, menurut Coloroso dalam Zakiyah, Humaedi, Santoso (2017) bentuk *bullying* terbagi menjadi 3 jenis, diantaranya *bullying* fisik, *bullying* fisik ini digambarkan seperti memukul, mencekik, meninju, menggigit, menendang, mencubit. Kemudian *bullying* verbal, celaan, memberikan julukan nama, pernyataan bernuansakan seksual, kemudian dan relasional. *Cyberbullying*.

Di samping itu beberapa dampak yang dialami dari peristiwa *bullying* juga disampaikan kepada peserta kegiatan, misal hasil riset dari Muluk, Habiburrahim, Dahliana, Akmal (2021) salah satu dampak yang sangat berpengaruh dari korban *bullying* ialah menurunnya prestasi akademik dan kondisi setelah mengalami peristiwa *bullying* membuat kondisi

emosi mengalami rasa sedih, cemas, stres, tidak percaya diri, menaruh diri, dan merasa ketakutan.

Pada kegiatan ini, pengabdian juga memberikan beberapa kiat-kiat yang mungkin bisa diterapkan oleh peserta didik guna tidak menjadi korban *bullying*, dimulai dari, 1) membangun kepercayaan diri, 2) kemampuan untuk membela dirinya sendiri, 3) kemampuan mempertahankan diri secara psikis, 4) meminta pertolongan atas tindakan kekerasan yang dialami, 5) meningkatkan kemampuan sosialisasi yang baik. Kemudian menjadi *Upstanders* adalah melakukan tindakan berempati ketika melihat perilaku perundungan untuk mengurangi derita korban perundungan.



Gambar 1: PKM Sosialisasi “Stop *Bullying*, *Bullying* Dari Perspektif Psikologi”, Kegiatan dilaksanakan pada hari Rabu, 7 Februari 2024.

E. Kesimpulan dan Saran

1. Kesimpulan

Masih ada perundungan / *bullying* yang terjadi di kalangan pelajar. Tanpa disadari perundungan / *bullying* terjadi meskipun hanya dengan memanggil nama teman dengan sebutan yang kurang baik. Adanya konflik, berperilaku kasar, menjahati teman baik sengaja ataupun tidak bisa menimbulkan perundungan / *bullying* di lingkungan pelajar.

Tindakan *bullying* memiliki dampak yang sangat parah bagi korban, diantaranya kognitif, afeksi, serta konatif. Dampak kognitif yang dirasakan korban ialah hilangnya konsentrasi belajar sampai menurunnya jumlah nilai dalam pelajaran. Sedangkan dampak afeksi pada korban *bullying* sering merasa malu, pilu, marah, serta dendam. Adapun dampak konatif pada korban *bullying* ialah membalas dendam dengan memakai kekerasan secara raga, dan membalas dengan mencari celah dan melakukan *cyberbullying* pada pelaku agar merasakan hal yang sama, dan ada pula yang merusak benda-benda sekitar ketika korban *bullying* tidak dapat melawan dan diam untuk memendamnya sendiri, bahkan tak sedikit yang melakukan tindakan putus asa seperti bunuh diri.

Korban perundungan sering merasa tidak nyaman, akibatnya bisa terbawa sampai mereka dewasa. *Bullying* yang sering dirasakan korban bisa mengurangi bahkan menghilangkan rasa percaya dirinya dengan adanya tekanan mental, sehingga tak sedikit pula yang berani melakukan bunuh diri. Dengan

adanya Sosialisasi “**Stop Bullying, Bullying dari Perspektif Psikologi**” di SMA Negeri 7 Tangerang Selatan, pelajar diharapkan memahami dampak negatif dari perundungan / *bullying*.

Mengajak kepada siswa untuk menjadi *Upstanders*. *Upstanders* adalah melakukan tindakan berempati ketika melihat perilaku perundungan untuk mengurangi derita korban perundungan.

2. Saran

Berdasarkan hasil dari sosialisasi dan observasi yang dilakukan penulis baik kepada pelajar ataupun tenaga pendidik di SMA Negeri 7 Tangerang Selatan, maka saran dari penelitian ini adalah

- a. Anak-anak prasekolah hingga SMA perlu diberikan pendidikan karakter dan pendidikan agama agar terhindar dari kekerasan ataupun perundungan / *bullying*.
- b. Melakukan praktik baik di sekolah, membentuk agen perubahan di lingkungan sekolah, dan deklarasi kampanye anti *bullying*.
- c. Diberikan materi *Stop Bullying* secara berkala dan program sekolah lainnya untuk mencegah perundungan dengan dengan (a) Membuat hasil karya dalam bentuk lukisan atau diorama dari barang bekas sebagai hasil refleksi murid akan isu perundungan, (b) Membuat lirik lagu menciptakan notasi musi

dengan tema cegah perundungan. Bisa berupa video, (c) Membuat vlog atau podcast mewawancarai seorang narasumber terkait tema pencegahan perundungan, (d) Membuat puisi atau cerita pendek dengan cegah perundungan, cerita tersebut diceritakan kepada teman-teman

- d. Anak di dalam dan di lingkungan sekolah wajib dilindungi dari tindakan kekerasan yang dilakukan oleh guru, pengelola sekolah atau teman-temannya di dalam sekolah yang bersangkutan, atau lembaga pendidikan lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Barbara Coloroso. 2003, *Stop Bullying (Memutuskan Rantai Kekerasan Anak dari Prasekolah hingga SMU)*. Jakarta: Serambi Ilmu Semesta.
- Fitri Silvia Sofyan dan Aris Riswandi Sanusi. 2024, *Pentingnya Menjadi Upstander sebagai Upaya Untuk Mengatasi Perundungan Di Smk Bina Ilmu Mandiri*. ISSN 2657-0203, e-ISSN 2686-024.
- Hatta, Muhammad. 2017. *Tindakan Perundungan (Bullying) dalam Dunia Pendidikan Ditinjau Berdasarkan Hukum Pidana Islam*. MIQOT. Vol.XLI No.2. Hal:280-301.

<https://dp3a.semarangkota.go.id/blog/post/upaya-mengatasi-bullying-dalam-lingkup-sekolah>.

Kharis, A. 2019. Dampak Bullying terhadap Perilaku Remaja (Studi Pada SMK Mataram). *JIAP (Jurnal Ilmu Administrasi Publik)*.

Maria Natalia Bete, Arifin. 2023. Peran Guru dalam mengatasi Bullying di SMA Negeri Sasitamean. *Jurnal Ilmu Pendidikan (JIP)* Vol. 8, No.1. p-ISSN 2477-1287 e-ISSN 2745-7516.

Muluk, Habiburrahim, Dahliana, & Akmal. 2021. The impact of bullying on EFL students' academic achievement at state Islamic universities in Indonesia. *Englisia: Journal of Language, Education, and Human Development* May 2021. Vol. 8, No. 2, 120-137 .

Novrian, A. 2017. Hubungan Antara Fungsi Keluarga dengan Kecenderungan Perilaku Bullying Pada Remaja Muslim Kelas SMP Negeri 3 Palembang.

Olweus. 2007. Dalam *Pikiran Rakyat*, 5 Februari 2007. "Bullying Can Consist of Any Action if it is Used to Hurt Another Child."

Peter K Smith .2013. Bullying Escolar. *Harcèlement À L'école Bullying Escolar Sociologia, Problemas E Práticas*, No. 10, 2013, Pp. 81-90. Doi:10.7458/Spp2012702332.

Susanti. 2016. Persepsi pada B4S Siswa terhadap Intensitas *Bullying* pada Siswa SMP. UNM: Makasar.

Undang-Undang No.35 Tahun 2014 tentang Perlindungan Anak.

Yuyarti, Mengatasi Bullying Melalui Pendidikan Karakter. 2018. *Jurnal Kreatif*.

Zakiyah, Humaedi, Santoso.2017. FAKTOR YANG MEMPENGARUHI REMAJA DALAM MELAKUKAN BULLYING

Jurnal Penelitian & PPM. Vol 4, No: 2. <https://jurnal.unpad.ac.id/>.