



Perilaku *Bullying* (Perundungan) pada Anak dan Remaja

Surilena

Departemen Psikiatri, Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Atma Jaya,
Jakarta, Indonesia

ABSTRAK

Salah satu aksi kekerasan yang sering dijumpai pada anak dan remaja adalah perilaku *bullying*. Prevalensinya meningkat dari tahun ke tahun, namun di Indonesia belum ada data pasti. Dampak perilaku *bullying* sering tidak disadari baik oleh korban, pelaku, guru, maupun orang tua karena lebih bersifat psikis dan emosional, efeknya tidak dapat langsung terlihat, prosesnya berlangsung lama dan perlahan. Perlu deteksi dini agar dapat segera dicegah, dievaluasi lebih lanjut dampaknya, serta dapat diintervensi sedini mungkin.

Kata kunci: Anak, deteksi dini, perilaku *bullying*, remaja

ABSTRACT

One of most common violence on children and adolescents is bullying. Its prevalence is increasing, but there is no exact data in Indonesia. The impact of bullying is often not realized by the victim, the offender, teachers, and parents because it is more psychological and emotional, and the process is lengthy and slow. Early detection is needed to prevent, for further evaluation and early intervention. **Surilena. Bullying Behavior among Children and Adolescents.**

Keywords: Adolescent, bullying behavior, child, early detection

PENDAHULUAN

Perilaku *bullying* (perundungan) sebagai salah satu bentuk tindakan agresif, merupakan masalah yang sudah mendunia, salah satunya di Indonesia.¹ Perilaku *bullying* sangat rentan terjadi pada remaja putra dan putri, dapat terjadi di berbagai tempat, mulai dari lingkungan pendidikan atau sekolah, tempat kerja, rumah, lingkungan sekitar, tempat bermain, dan lain-lain. Prevalensi perilaku *bullying* (perundungan) makin meningkat dan telah menimbulkan dampak pada korban ataupun pelaku *bullying*.¹

Perilaku *bullying* merupakan tindakan negatif yang dilakukan secara berulang oleh seseorang atau sekelompok orang yang bersifat menyerang karena adanya ketidakseimbangan kekuatan antara pihak yang terlibat. Contoh: mengejek, menyebarkan gosip, menghasut, mengucilkan, menakut-nakuti (intimidasi), mengancam, menindas, memalak, hingga menyerang secara fisik seperti mendorong, menampar, atau memukul. Perilaku *bullying* juga

didefinisikan sebagai serangan emosional, verbal, fisik berulang terhadap orang lain atau sekelompok orang yang rentan dan tidak dapat membela diri.²

Hymel (2010) menyatakan bahwa angka perilaku *bullying* bervariasi di berbagai negara, 9-73% pelajar melaporkan pernah melakukan *bullying* (pelaku) terhadap pelajar lain dan 2-36% lainnya pernah menjadi korban *bullying*.³ Di Indonesia, penelitian Yayasan Semai Jiwa Amini (2008) di 3 kota besar, yaitu Yogyakarta, Surabaya, dan Jakarta, mencatat perilaku *bullying* pada 67,9% siswa/i SLTA dan 66,1% SLTP dengan kategori tertinggi kekerasan psikologis, yaitu pengucilan, dan peringkat kedua adalah kekerasan verbal (mengejek) dan fisik (memukul).⁴

Perilaku *bullying* (perundungan) merupakan tindakan yang sangat berbahaya dan tidak boleh ditiru, karena membawa dampak traumatik luar biasa yang dapat mempengaruhi kehidupan anak ataupun

remaja pada tahap perkembangan selanjutnya.⁴ Dampak tersebut dapat terjadi baik pada pelaku maupun korban, namun dampak terbesar lebih dialami oleh korban. Anak yang melakukan *bullying* berpotensi dan cenderung menjadi pelaku kenakalan remaja, tindakan kekerasan serta terjebak dalam tindakan kriminal. Pelaku dan korban *bullying* juga akan sulit melakukan relasi sosial dan apabila terjadi hingga dewasa akan memberi dampak sangat luas.⁵

Diperlukan deteksi dini (skrining) perilaku (pelaku atau korban) *bullying* agar dapat segera dicegah, dievaluasi lanjut dampaknya untuk mendapat intervensi sedini mungkin. Beberapa kuesioner dapat digunakan untuk skrining perilaku *bullying* (perundungan), seperti *School Bullying Questionnaire* (SBQ), *Multidimensional Peer Victimization Scale* (MPVS), *Olweus Bullying Questionnaire* (OBQ),¹ dan *Compendium CDC (Centers for Disease Control)*.⁶ Tulisan ini merupakan kajian pustaka yang membahas apa perilaku *bullying*, karakteristik korban dan pelaku

Alamat korespondensi email: surilenahasan@yahoo.co.id / surilena@atmajaya.ac.id



bullying, serta dampak perilaku *bullying* (perundungan).

PERILAKU BULLYING (PERUNDUNGAN)

Bentuk perilaku *bullying* berubah sejalan dengan usia, yaitu *bullying* di taman bermain (*playground bullying*), kekerasan seksual, penyerangan berkelompok, *violence*, *marital violence*, *child abuse*, kekerasan di tempat kerja, dan berbagai jenis kekerasan lain.³ Smokowski (2010) menyatakan bahwa perilaku *bullying* bisa secara fisik (memukul, menendang, menggigit, dan lainnya), secara verbal (mengolok-olok, mengancam, dan lainnya), atau segala jenis perilaku yang membahayakan atau mengganggu, perilaku tersebut berulang dalam waktu berbeda dan terdapat kekuatan yang tidak seimbang (orang atau kelompok yang lebih berkuasa menyerang orang atau kelompok yang kurang memiliki kekuasaan).⁷

Ada beberapa bentuk *bullying* antara lain *direct* dan *indirect bullying*. *Direct bullying* merupakan perilaku *bullying* yang bersifat langsung, verbal, ataupun fisik; yakni seorang anak atau remaja diolok-olok, diganggu, atau dipukul oleh anak atau remaja lain. *Indirect bullying* merupakan jenis *bullying* yang kurang kasat mata, namun dampaknya bagi korban sama buruknya. *Bullying* jenis ini juga dikenal dengan istilah *relational bullying* atau *social bullying*.¹² Jenis *bullying* lain merupakan perundungan yang bersifat sosial yang terkait dengan penggunaan internet yang lebih dikenal dengan *cyberbullying*.^{4,7} Murphy (2009) menyatakan bahwa *bullying* adalah saat seseorang mengalami kekerasan, dipermalukan, memperoleh ancaman oleh orang lain melalui media internet ataupun melalui berbagai media teknologi interaktif seperti telepon seluler, termasuk di antaranya pesan teks singkat (SMS) atau *email* ancaman, membuat *webpage* berisikan informasi baik yang benar maupun tidak benar yang mempermalukan seseorang, atau aktivitas membagikan/menceritakan rahasia pribadi seseorang dalam publik di internet.⁸

KARAKTERISTIK KORBAN DAN PELAKU BULLYING (PERUNDUNGAN)

Korban ataupun pelaku memiliki karakteristik khas. Karakteristik korban *bullying* adalah mereka yang penampilan perilakunya

Tabel. Perbandingan gambaran perilaku *bullying* pada pelaku dan korban

No.	Aspek	Pelaku	Korban
1.	Pengalaman <i>Bullying</i>	Kurang dari 40% subjek penelitian pernah melakukan perilaku <i>bullying</i> secara verbal antara lain menyindir, melabrak dan menyebarkan gosip yang tidak benar	Kurang dari 40% subjek penelitian pernah mengalami perilaku <i>bullying</i> , antara lain disindir dengan kata-kata yang pedas, digertak, dan menjadi bahan gosip yang tidak benar
2.	Perasaan	Puas dan senang	Tidak berdaya untuk melawan dan diam saja
3.	Target / pelaku	Teman yang penampilannya berbeda, teman dengan kekurangan fisik, dan adik kelas	Sekelompok teman dan teman yang berkuasa dikelas
4.	Alasan	Masalah pribadi dan ikut-ikutan teman	Tidak tahu
5.	Pikiran	Perbuatan <i>bullying</i> itu salah dan korban memang pantas diperlakukan demikian	Pantas diperlakukan seperti itu, teman-teman sangat jahat, sudah tidak tahan, dan ingin bunuh diri
6.	Diketahui pihak sekolah atau orang tua	Tidak	Tidak
7.	Pelaku mendapat hukuman dari pihak sekolah atau orang tua	Tidak	Tidak

Sumber: Perilaku *Bullying* pada Remaja. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya. 2014.¹⁰

sehari-hari berbeda, ukuran tubuh secara fisik lebih kecil, lebih tinggi, atau lebih berat badannya dibandingkan kebanyakan anak atau remaja seusianya, berasal dari latar belakang etnik, keyakinan, atau budaya yang berbeda dari kebanyakan anak atau remaja di lingkungannya, memiliki kemampuan atau bakat istimewa, keterbatasan kemampuan tertentu, misalnya *attention deficit hyperactivity disorder* (ADHD), gangguan belajar, retardasi mental, dan lainnya.⁹ Umumnya anak atau remaja korban *bullying* adalah anak yang pencemas, mudah gugup, selalu merasa tidak aman, pemalu, pendiam, *self-esteem* rendah, memiliki cacat fisik atau mental, masalah tingkah laku, atau gangguan perkembangan neurologis.^{3,9}

Sedangkan karakteristik anak atau remaja pelaku *bullying* adalah hiperaktif, agresif, destruktif, menikmati dominasi atas anak atau remaja lainnya, cenderung pemarah, mudah tersinggung, dan memiliki toleransi rendah terhadap frustrasi. Mereka juga cenderung sulit memproses informasi sosial,

sehingga sering menginterpretasikan secara keliru perilaku anak atau remaja lain sebagai perilaku bermusuhan, juga saat sikap permusuhan itu ditujukan pada anak atau remaja lain.^{3,9}

DAMPAK PERILAKU BULLYING (PERUNDUNGAN) PADA ANAK DAN REMAJA

Kasus kekerasan pada anak dan remaja di masyarakat dan sekolah sangat memprihatinkan. Sekolah yang seharusnya menjadi tempat bagi anak menimba ilmu serta membantu membentuk karakter pribadi yang positif ternyata menjadi tempat praktik perundungan, sehingga menakutkan anak dan remaja.

Fenomena perilaku *bullying* ibarat gunung es yang nampaknya "kecil" di permukaan, namun menyimpan banyak permasalahan yang sebagian besar tidak mudah diketahui atau disadari oleh guru ataupun orang tua.⁴ Masyarakat (khususnya para orang tua dan guru) sering terlena oleh kesan



“remeh” fenomena perilaku *bullying*, sehingga mengesampingkan dampak dan bahaya luar biasa di kemudian hari baik terhadap korban maupun pelaku *bullying*, serta dampak luasnya terhadap masyarakat.^{4,5} Dampak yang terkait dengan perilaku *bullying* pada anak dan remaja antara lain kesepian, pencapaian akademik yang buruk, kesulitan penyesuaian (adaptasi), meningkatnya risiko penggunaan zat, keterlibatan dalam tindakan kriminal dan kerentanan gangguan mental emosional seperti cemas, insomnia, penyalahgunaan zat, dan depresi yang lebih besar dibandingkan dengan anak atau remaja lain yang tidak terlibat dalam perilaku *bullying*. Dampak perilaku *bullying* pada masa kanak-kanak dapat berlanjut dan menetap sampai dewasa.^{2,5}

Perilaku *bullying* kurang diperhatikan di sekolah, karena dinilai tidak memiliki pengaruh besar pada siswanya;^{1,3} padahal siswa tidak dapat belajar apabila berada dalam keadaan tertekan, terancam, dan ada yang menindasnya setiap hari.⁴ Sejiwa (2008) menyatakan 27,5% guru menilai *bullying* adalah perilaku normal, 73% guru menilai *bullying* sebagai perilaku yang membahayakan siswa.

Eisenberg, *et al*, (2009) menyatakan bahwa 57% orang yang pernah mengalami *bullying* (perundungan) di usia kanak-kanak, saat mereka dewasa akan mengalami depresi, mempunyai *self-esteem* rendah, dan kesulitan interpersonal.⁹ Rievers, *et al*, (2010) menyatakan bahwa korban *bullying* rentan memiliki ide atau percobaan bunuh diri serta melakukan pembalasan.⁷ McKenna, *et al*, (2011) menyatakan seorang anak atau remaja yang terlibat sebagai pelaku memiliki risiko tiga kali lebih besar dan korban *bullying* memiliki risiko lima kali lebih besar mengalami gangguan mental emosional 10-15 tahun kemudian.¹¹

Lund, *et al*, (2010) menyatakan individu yang menjadi pelaku *bullying* saat berusia 8 tahun memiliki risiko 3 kali lebih besar mengalami depresi saat berusia 18 tahun dibandingkan dengan yang tidak terlibat.⁵ Menesini (2008) menyatakan bahwa anak atau remaja laki-laki yang menjadi korban *bullying* lebih berisiko mengalami depresi dibandingkan perempuan.² Pelaku *bullying*

3,8 kali dan korban *bullying* 6,4 kali lebih berisiko mengalami kecemasan.¹ Lund R, *et al*, (2008) menunjukkan bahwa individu korban *bullying* saat usia 8-10 tahun 1,9 kali lebih berisiko mengalami gejala psikotik saat berusia 12 tahun dibandingkan yang tidak terlibat *bullying*.⁵ Emond, *et al*, (2009) menunjukkan bahwa pelaku *bullying* saat usia prasekolah cenderung mengalami *conduct disorder* saat remaja.³ Pepler, *et al*, (2006) menyatakan korban *bullying* memiliki risiko 3 kali lebih besar dan pelaku *bullying* memiliki risiko 5 kali lebih besar menjadi penyalahguna dan ketergantungan alkohol, serta perokok aktif.⁴

DETEKSI DINI PERILAKU BULLYING (PERUNDUNGAN)

Penilaian untuk mengetahui adanya perilaku *bullying* pada suatu lingkup masyarakat atau sekolah, antara lain dengan wawancara terstruktur dan/atau menggunakan kuesioner. Kuesioner yang sering digunakan untuk penelitian dan sudah terstandarisasi adalah *Olweus Bullying Questionnaire (OBQ)*.⁶

Deteksi dini perilaku *bullying* antara lain dengan observasi (perubahan perilaku, emosi, dan prestasi sekolahnya), dan pendekatan (bicara dengan anak dan remaja seperti “temannya”). Kenali adanya perubahan perilaku seperti susah makan/terlalu banyak makan, sulit tidur, mimpi buruk, mengompol, menangis saat tidur, kurang bertanggung jawab dan disiplin, cenderung berperilaku impulsif/hiperaktif, cenderung “menentang”, dan perilaku agresi (merasa lebih berkuasa atau kuat, menyalahkan

orang lain), pulang sekolah/bermain dengan pakaian kotor/robek, masalah interaksi sosial. Perubahan emosi dapat berupa perubahan *mood* (labil, iritabel, disforik, sedih, cemas), ide/usaha bunuh diri atau membunuh serta gangguan proses belajar seperti sering membolos, penolakan sekolah, malas belajar, atau prestasi sekolah menurun. Pada kondisi fisiknya dapat ditemukan lebam, tergores, luka yang tidak bisa dijelaskan, keluhan psikosomatis yang berulang (sakit kepala, sakit perut, dan lainnya).^{4,7,12}

Pencegahan dan Penanganan Perilaku Bullying (Perundungan)

Pencegahan masalah perilaku *bullying* (perundungan) pada anak dan remaja bukan hanya menjadi tugas orang tua dan sekolah, peran masyarakat dan negara juga dibutuhkan dalam upaya pencegahan dan penanganan perilaku *bullying*.^{13,15} Semua yang terlibat dalam *bullying* (pelaku, korban, atau yang menyaksikan) membutuhkan dukungan. Sikap guru atau orang tua yang mengetahui anaknya menjadi pelaku atau menyaksikan atau menjadi korban *bullying* sebaiknya harus tenang, jangan bereaksi berlebihan, dan tunjukkan sikap *unconditional love & acceptance* antara lain:^{13,14}

- Bantu anak atau remaja untuk menumbuhkan *self-esteem* (harga diri) yang baik. Anak atau remaja dengan *self-esteem* baik akan bersikap dan berpikir positif, menghargai dirinya sendiri, menghargai orang lain, percaya diri, optimis, dan berani mengatakan haknya.



Skema. SEJIWA. *Bullying*. Mengatasi kekerasan di sekolah dan lingkungan sekitar anak. 2008.⁴



- Membina komunikasi yang baik antara orang tua dan anak, mendiskusikan dengan anak tentang pemahaman perilaku *bullying* dan dampaknya.
- Menjadi model atau contoh panutan yang baik bagi anak atau remaja, bagaimana selayaknya memperlakukan orang lain dengan hormat dan setara, menghargai keberagaman dan keunikan orang lain.
- Bantu anak atau remaja berinteraksi dan bergabung dengan grup berkegiatan positif.
- Menghentikan dan mendampingi anak atau remaja dalam menyaksikan acara TV, atau membaca atau menyaksikan berita yang menayangkan kekerasan.
- Tidak perlu melawan pelaku dengan cara berkelahi, hal ini justru membuat kondisi tidak aman. Lebih baik mencari bantuan dari orang dewasa lain.
- Bergabunglah dengan grup atau bertemanlah dengan siswa yang sendirian. Jangan membawa barang mahal atau banyak uang ke sekolah. Pelaku *bullying* memilih anak yang membawa sesuatu yang bisa mereka ambil.

Perilaku *bullying* adalah sebuah bentuk perilaku yang menyimpang dan berbahaya, sehingga penanganan *bullying* harus dilakukan secara komprehensif dan intensif. Ajaklah anak atau remaja untuk periksa dan konsultasi ke dokter bila terdapat dampak fisik akibat perilaku *bullying* pada anak atau remaja seperti luka-luka di tubuh, lebam, dan lainnya. Anak atau remaja diajak konsultasi ke psikolog atau psikiater bila dijumpai dampak mental seperti sering mogok sekolah, sulit tidur, sulit konsentrasi, prestasi sekolah menurun, sering mimpi

buruk, menjadi cengeng atau pemarah, depresi, cemas, dan lainnya.¹⁶

SIMPULAN

Fenomena perilaku *bullying* (perundungan) ibarat gunung es yang tampak "kecil" di permukaan, namun menyimpan banyak masalah yang sering tidak mudah diketahui atau tidak disadari oleh pendidik, orang tua, masyarakat, ataupun pemerintah. Dampak perilaku *bullying* baik sebagai korban maupun pelaku dapat mempengaruhi perkembangan anak ataupun remaja dalam jangka pendek dan panjang bahkan bisa berlanjut sampai dewasa. Berbagai alternatif solusi telah dibuat dan berbagai alternatif program intervensi telah ditawarkan, namun pada akhirnya keberhasilan penanggulangan perilaku *bullying* (perundungan) tergantung pada komitmen semua pihak untuk melaksanakan program anti-*bullying*.

DAFTAR PUSTAKA

1. Maliki, Asagwara. *Bullying problems among school children*. J Hum Ecol. 2009; 25(3): 209-13.
2. Goldbaum, Craig, Pepler, Connolly. *Developmental trajectories of victimization: Identifying risk and protective factors*. J Appl School Psychology 2003; 19: 139-56.
3. Smokowski, Kopasz. *Bullying in school: An overview of types, effects, family characteristics, and intervention strategies*. Children & School Journal. 2010; 27(2): 101-9.
4. Yayasan Semai Jiwa Amini (SEJIWA). *Bullying. Mengatasi kekerasan di sekolah dan lingkungan sekitar anak*. Grasindo: Jakarta; 2008.
5. Mangklara K, Skapinakis P, Gkatsa T, Bellos S, Araya R, Stylianidis S, et al. *Bullying behaviour in schools, socioeconomic, position and psychiatric morbidity: A cross-sectional study in late adolescents in Greece*. BioMed Central 2012; 6: 8. doi:10.1186/1753-2000-6-8.
6. Olweus D. *Olweus bullying questionnaire standard school report*. Hazelden Publishing; 2009.
7. Smokowski PR, Kopasz KH. *Bullying in school: An overview of types, effects, family characteristics, and intervention strategies*. Children and Schools 2010; 27: 101-10.
8. Murphy AG. *Character education: Dealing with bullying*. New York: Chelsea House Publisher; 2009.
9. Barboza GE, Schiamburg LB, Oehmke J, Korzeniewski SJ, Post LA, Heraux CG. *Individual characteristics and the multiple contexts of adolescent bullying: An ecological perspective*. J Youth Adolescence. 2009; 38: 101-21. doi: 10.1007/s10964-008-9271-1.
10. Matraisa BAT. *Studi deskriptif perilaku bullying pada remaja*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya. 2014; 3(1): 1-17.
11. McKenna M, Hawk E, Mullen J, Hertz M. *The association between bullying behavior and health risks among middle school and high school students in Massachusetts*. Morbid Mortal Weekly Report 2011; 60: 465-71.
12. Boyle DJ. *Youth bullying: Incidence, impact, dan intervention*. J New Jersey Psychol Assoc. 2009; 55(3): 22-4.
13. Astuti RP. *Meredam bullying (3 cara efektif mengatasi kekerasan pada anak)*. Jakarta: PT Grasindo; 2008.
14. Coloroso B. *Stop bullying (memutus rantai kekerasan anak dari prasekolah hingga SMU)*. Jakarta: PT Ikrar Mandiri abadi; 2007.
15. Espelage DL, Poterat VP. *School-based prevention of peer relationship problems*. In: Altmaier B, Hansen J, editors. *The oxford handbook of counseling psychology*. New York: Oxford University Press; 2012. p.703-22.
16. Mayer MJ, Furlong MJ. *How safe are our schools?* Educational Researcher 2010; 39: 16-26.