

KONSELING BEHAVIORISTIK TERHADAP PENCEGAHAN PERILAKU BULLYING DI SEKOLAH

Ifnaldi¹, Bengi Amelia², Hairani³

Program Studi Bimbingan Dan Konseling Islam^{1,2,3}

IAIN Takengon

Email: lasimtanjung@gmail.com¹, bengiamelia6@gmail.com², Hair46077@gmail.com³

Corresponding author:

Ifnaldi

IAIN Takengon

lasimtanjung@gmail.com

Abstrak: Kasus bullying banyak terjadi di Indonesia, hal tersebut dapat menghambat proses belajar siswa disekolah. Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengertian, dampak, dan cara menanggulangi bullying dengan konseling. Penelitian ini menggunakan pendekatan studi literatur tentang teori, dampak, dan cara menanggulangnya dengan konseling. Bullying sebagai masalah psikososial dengan menghina dan merendahkan orang lain secara berulang-ulang dengan dampak negatif terhadap pelaku mempunyai kekuatan yang lebih dibandingkan korban. Beberapa hal dalam pendidikan yang dapat menanggulangi bullying yaitu dengan melibatkan orang tua, teman sebaya, guru, konselor sekolah, serta seluruh warag sekolah.

Kata kunci: Bullying; Definisi; Dampak

Abstract: *Behavioral Counseling Towards Prevention of Bullying Behavior in Schools.* Bullying cases often occurs in Indonesia, this can hinder students' learning process at school. The research aims to determine the meaning, impact and way to overcome bullying with counseling. This research use a literature study approach regarding theory, impacts and way to overcome them with counseling. Bullying as psychosocial problem involving insulting and making comments to other people repeatedly with a negative impact on the perpetrator who has more power than the victim. Several things in education that can overcome bullying include involving, parents, peers, teacher, school counselors, and all school members.

Keywords: Bullying; Definition; Impact

PENDAHULUAN

Bullying atau kekerasan dikalangan pelajar sudah dikenal sejak tahun 1970. Seorang pelajar dapat dikatakan sebagai korban daripada *bullying* apabila ia telah terkena tindakan negatif dari pelajar lain dan tindakan tersebut terjadi secara berulang-ulang baik dari satu orang maupun lebih. Tindakan tersebut mencakup menyakiti, mengganggu, mengancam, menjahili, serta melakukan pelecehan seksual baik secara verbal maupun nonverbal.

Coloroso (dalam Yuliani 2019) menjelaskan bahwa *bullying* adalah suatu tindakan memusuhi yang mana pelakunya melakukan secara sadar dan sengaja untuk menyakiti, mengancam, dan meneror korban. Dan *bullying* tersebut adalah tindakan yang direncanakan baik dihadapan maupun dibelakang orang-orang, dalam lingkup persahabatan, rencana yang terselubung atau rencana yang mudah diketahui, dilakukan oleh satu orang pelajar atau dilakukan oleh sekelompok pelajar.

Perilaku *bullying* adalah suatu perilaku yang sangat berbahaya dan merupakan suatu perilaku yang menyimpang. Jadi, perilaku bullying itu harus ditangani secara intensif. *Bullying* bisa terjadi dimana saja di seluruh lingkungan sekolah. Beberapa orang menganggap bahwa *bullying* itu adalah suatu kejadian yang bersifat sementara tetapi sebagian lagi menganggap bahwa *bullying* adalah suatu hal yang sangat berpengaruh terhadap kehidupan kedepannya karena dapat mengganggu

kegiatan sehari-hari korban baik disaat sendiri maupun saat berinteraksi dengan orang-orang sekitarnya dan hal tersebut akan menghantui korban seumur hidupnya (Sulisrudatin, 2015).

Selanjutnya, (Almira & Marheni 2021) menjelaskan bahwa *bullying* adalah tindakan yang dapat mempengaruhi perkembangan diri seseorang, tindakan ini biasanya dilakukan oleh suatu individu atau suatu kelompok berbahaya yang dilakukan oleh individu atau sekelompok. Tindakan yang pelaku *bullying* lakukan terhadap korban adalah memfitnah, mengejek, mengabaikan, menolak, serta mengucilkan korban. Seorang guru sudah seharusnya mendengarkan keluh kesah pelajar yang menjadi korban *bullying* disekolah, dan juga orang tua yang pastinya lebih sering berada disamping korban segera mendengarkan apa yang terjadi pada korban. Pihak sekolah diharapkan lebih memperdulikan hal-hal yang berbau *bullying* disekolah dan tentunya memperhatikan dari tingkat sekolah dasar serta tidak menganggap *bullying* sebagai candaan semata. Sekolah merupakan salah satu tempat yang menjadikan anak sebagai generasi yang akan membangun dan mengembangkan bangsa. Jadi didalam sekolah tidak seharusnya ada kekerasan dan penyalahgunaan sehingga anak merasa tidak nyaman dalam proses pembelajaran. Dalam mengatasi *bullying* disekolah konselor adalah salah satu warga sekolah yang dapat berperan didalamnya. Selama ini sudah ada beberapa upaya yang dilakukan oleh sekolah untuk perilaku *bullying* ini seperti memanggil orang tua murid ke sekolah dan memberikan sanksi atau hukuman kepada pelaku *bullying*. Tetapi hal tersebut belum maksimal karena tidak adanya arahan atau pemberian arahan tentang perilaku dan sikap kepada pelaku *bullying*.

Pada penjelasan diatas, penelitian ini bertujuan untuk menggali beberapa hal terkait pengertian *bullying*, dampak, dan bagaimana cara mengatasi *bullying* dengan konseling. Penulis mencoba untuk menggunakan konseling behavioral untuk mengatasi *bullying* pada anak disekolah.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kajian literatur. Kajian literatur melibatkan literatur yang diperoleh secara daring yang terdiri dari artikel jurnal/penelitian. (Marzali 2016) dalam Menjelaskan bahwa kajian literatur adalah suatu langkah yang penting dalam rencana penyusunan sebuah rencana penelitian. Kajian literatur adalah suatu penelusuran dan penelitian kepustakaan dengan membaca berbagai buku, jurnal, dan terbitan-terbitan lainnya yang berkaitan dengan topik penelitian, untuk menghasilkan suatu tulisan yang berkenaan dengan suatu topik atau isu tertentu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dampak dari perilaku *bullying* terhadap pelaku *bullying* adalah sebagian besar mereka menyebutkan adanya penyesalan dan rasa bersalah setelah mereka membully temannya. Hal tersebut karena sikap korban yang lebih mendinginkan pelaku *bullying* dan tidak membalas perbuatan mereka dan ada juga korban yang memilih untuk berbuat baik kepada pelaku pembullying tersebut.

Selanjutnya dampak *bullying* terhadap korban *bullying* itu sendiri, dalam penelitian (Oktaviani & Ramadan 2023) mengatakan bahwa dampak dari *bullying* membuat siswa menjadi tidak percaya diri, khawatir dengan lingkungan sekitar, merasa tidak nyaman apabila dekat dengan pelaku *bullying*, merasa malu, trauma, dan marah.

Masturina (Oktaviani & Ramadan 2023) menjelaskan bahwa siswa menjadi tidak percaya diri dalam menyampaikan pendapatnya ketika dalam jam pelajaran bahkan merasa tidak percaya diri dengan kemampuannya sendiri. Seseorang yang tidak percaya diri biasanya disebabkan oleh

seseorang itu sendiri karena tidak mau keluar dari zona nyamannya dan hanya menunggu orang lain mengubah dirinya atau melakukan sesuatu kepadanya.

Patras & Sidiq (2017) dalam penelitiannya mengatakan bahwa dampak *bullying* sangat berpengaruh besar bagi semangat belajar anak dan juga pada psikis anak. Temuan ini sejalan dengan temuan Juwita (2016) bahwa korban *bullying* akan mengalami kesulitan membangun hubungan dengan orang lain dan membuat anak tersebut jarang untuk datang ke sekolah. Akibatnya siswa tersebut akan banyak ketinggalan mata pelajaran dan juga akan mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi sehingga dapat mempengaruhi kesehatan siswa baik dari segi fisik maupun mentalnya.

Dalam pandangan behavioral, perilaku seseorang terbentuk berdasarkan pengalamannya yaitu saat berinteraksi dengan lingkungan sekitar sehingga terbentuklah kepribadian seseorang. Sehingga perilaku itu bisa diubah dengan dengan mengkreasikan serta memanipulasi cara belajar. Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat disimpulkan konseling behavioral adalah suatu teknik dalam konseling yang berlandaskan teori belajar berfokus pada tingkah laku individu untuk membantu klien mempelajari tingkah laku baru dalam memecahkan masalahnya. Tujuan dari konseling behavioral yaitu: a. Menciptakan perilaku baru; b. Menghapus perilaku yang tidak sesuai;

Diastrimarina, dkk, (2023) menjelaskan perubahan perilaku *bullying* seseorang dapat dilakukan dengan konseling pendekatan behavioristik. Konseling behavioristik ini terkait dengan pemberian stimulus pada perilaku mengintimidasi, penghinaan perasaan tidak berharga, dan mengganggu. Siswa mempelajari perilaku baru dengan meniru model perilaku bagaimana cara berbicara dengan tepat, bagaimana cara bertindak, dan bagaimana cara memperlakukan orang lain yang diberikan selama konseling. Oleh karena itu, konseling behavioristik dapat memberikan dampak baik bagi siswa untuk meminimalisir perilaku *bullying*.

Nasir (2018) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa selama ini beberapa upaya telah dilakukan oleh sekolah bagi pelaku *bullying*, yaitu dengan pemberian hukuman, sanksi, dan panggilan orang tua ke sekolah untuk kerja sama bersama sekolah untuk penanganan *bullying*. Sejauh ini hasil yang dicapai belum maksimal, karena perubahan sikap dan perilaku pelaku *bullying* hanya sementara. Karena mereka akan kembali mengulang perbuatannya dilain hari. Alternatif solusi untuk mengatasi masalah *bullying* di sekolah salah satunya dengan konseling behavioral. Konseling behavioral adalah suatu proses membantu orang (konseli) belajar atau mengubah perilaku. Konselor berperan membantu dalam proses belajar menciptakan konvinsi yang sedemikian rupa sehingga klien dapat mengubah perilakunya serta memecahkan masalahnya.

Dengan melihat keunggulan konseling behavioral diatas, penulis berharap dapat meminimalisir pelaku *bullying* di sekolah, sehingga sekolah dapat menjadi tempat belajar yang nyaman, aman, menyenangkan, tempat untuk bersosialisasi, mengembangkan potensi akademik maupun emosional.

SIMPULAN DAN SARAN

Masalah *bullying* di sekolah adalah tanggung jawab semua pihak yang ada di sekolah dan orang tua siswa. *Bullying* di sekolah merupakan masalah besar yang harus diatasi karena sekolah seharusnya melindungi siswa dari tindakan kekerasan baik secara verbal maupun nonverbal. *Bullying* ini bisa dicegah selama semua yang terkait memiliki andil dan peduli terhadap hal tersebut serta mengubah dan mencegahnya. Alternatif solusi untuk mengatasi masalah *bullying* di sekolah salah

satunya dengan konseling behavioral. Konseling behavioral merupakan adaptasi dari aliran behavioristik yang memfokuskan perhatiannya pada tingkah laku yang tampak.

Selanjutnya saran dari penulis kepada penulis lain agar mengkaji tentang *bullying* lebih dalam lagi baik dilingkungan sekolah maupun dilingkungan masyarakat, sehingga kita semua dapat mengetahui serta membantu semua orang dari tindakan *bullying*.

DAFTAR PUSTAKA

- Almira, Nabila Sella, dan Adijanti Marheni. 2021. "Analisis Fenomenologis Interpretatif Tentang Definisi Bullying Dan Harga Diri Bagi Korban Bullying." *Jurnal Psikologi Integratif* 9, no. 2: 209–24.
- Asbar, Rafinur Fauzan, dan Ramdhan Witarsa. 2020. "Kajian Literatur Tentang Penerapan Pembelajaran Terpadu Di Sekolah Dasar." *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran (JRPP)* 3, no. 2: 225–36.
- Diastrimarina, Ni Nyoman, I Ketut Dharsana, dan Kadek Suranata. 2023. "Pengembangan Dan Efektivitas Model Konseling Behavioristik Teknik Role Playing Serta Modeling Untuk Meminimalisir Perilaku Bullying Siswa." *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia* 9, no. 1: 13–21.
- Djuwita, Ratna. 2006. "Kekerasan Tersembunyi Di Sekolah: Aspek-Aspek Psikososial Dari Bullying." In *Makalah Dalam Workshop Bullying: Masalah Tersembunyi Dalam Dunia Pendidikan Di Indonesia*. Jakarta, Vol. 29.
- Nasir, Amin. 2018. "Konseling Behavioral: Solusi Alternatif Mengatasi Bullying Anak Di Sekolah." *Journal of Guidance and Counseling* 72.
- Oktaviany, Desri, and Zaka Hadikusuma Ramadan. "Analisis Dampak Bullying Terhadap Psikologi Siswa Sekolah Dasar." *Jurnal Educatio Fkip Unma* 9, no. 3 (2023): 1245–51.
- Patras, Yuyun Elisabeth, dan Fajar Sidiq. 2017. "Dampak Bullying Bagi Kalangan Siswa Sekolah Dasar." *PEDAGOGIKA: Jurnal Pedagogik Dan Dinamika Pendidikan* 5, no. 1: 12–24.
- Sulisrudatin, Nunuk. 2018. "Kasus Bullying Dalam Kalangan Pelajar (Suatu Tinjauan Kriminologi)." *Jurnal Ilmiah Hukum Dirgantara* 5, no. 2.
- Suwanto, Insan. "Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK." *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia* 1, no. 1 (2016): 1–5.
- Visty, Sesha Agistia. 2021. "Dampak Bullying Terhadap Perilaku Remaja Masa Kini." *Jurnal Intervensi Sosial Dan Pembangunan (JISP)* 2, no. 1: 50–58.