

MEMBANGUN KOMITMEN DIRI UNTUK TIDAK MELAKUKAN BULYING PADA ANAK USIA REMAJA AWAL

Fatma Nofriza¹

¹UHAMKA, Ps Rebo, Jakarta , Indonesia

e-mail: fatmanofriza@uhamka.ac.id

Abstrak

Gadged saat ini tidak mengenal batas ruang dan waktu sehingga semua tingkat usia dengan mudah mengakses berbagai informasi melalui hp, termasuk anak di usia remaja awal. Informasi inilah yang pada akhirnya menjadi bagian dari perilaku yang bisa positif dan negatif. Salah satunya adalah perilaku *bullying*. Meskipun Kelurahan Cihannyawar terletak di daerah yang cukup jauh dari kota, dan kekerabatannya juga masih didominasi suasana desa, namun anak-anak remajanya sudah menunjukkan perilaku *bullying* dengan teman sebaya. Kegiatan ini bertujuan membangun komitmen diri untuk tidak melakukan *bullying* dengan teman sebaya. Metode kegiatan yang dilakukan mulai dari perencanaan, pelaksanaan kegiatan dan evaluasi. Tindakan yang dilakukan adalah melalui layanan klasikal dan layanan bimbingan kelompok. Layanan klasikal untuk memberikan informasi tentang *bullying* dan dampaknya, selanjutnya bimbingan kelompok untuk membangun komitmen diri untuk tidak melakukan *bullying*. Hasilnya, ada peningkatan pemahaman tentang *bullying*, remaja di Kelurahan Cihannyawar sehingga berkomitmen untuk tidak melakukan perilaku *bullying* di daerah tersebut.

Kata Kunci: *Bullying*, Komitmen, Anak Usia Remaja Awal

A. Pendahuluan

Santrock (2014) mendefinisikan remaja sebagai masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa yang menunjukkan perubahan biologis, kognitif, dan sosio emosional. Rentang periode remaja akhir 16/17 sampai 18 tahun. Berdasarkan perubahan fisiologis remaja mengalami masalah psikologis yang salah satu diantaranya mudah terpengaruh dengan lingkungan. Perilaku yang menjadi masalah yang cukup banyak dilakukan dikalangan remaja adalah *bullying*.

Menurut Olweus (1993) dan Allison Seale. (2004) bahwa *bullying* merupakan bentuk perilaku agresif, terdiri dari kekerasan dalam fisik, psikis/mental, bahasa verbal, atau gabungan ketiganya. Hasil pengamatan dan wawancara dengan guru dan para siswa atau kelompok remaja awal di Kelurahan Cihanyar bahwa perilaku *bullying* terhadap teman sudah menjadi hal yang biasa dan wajar baik verbal maupun non verbal. Verbal diantaranya

memanggil dan merendahkan nama orangtua, panggilan dengan ciri fisik. Sedangkan non verbal adalah dengan tindakan serangan fisik, memukul, menendang dan sebagainya. Dengan maraknya *bullying* dikalangan remaja maka perlu dilakukan upaya untuk mengatasinya, salah satunya adalah mengajak untuk berkomitmen terhadap dirinya untuk tidak melakukan *bullying* bagi teman sebaya di Cihannyawar.

Komitmen. Menurut Steers dan Porter (1983), adalah suatu keadaan atau janji di mana individu menjadi terikat oleh tindakannya. Selanjutnya dalam oxford dictionary “*a promise to do something or to behave in a particular way; a promise to support somebody/something; the fact of committing yourself*”. Maksudnya dalam hal ini janji terhadap diri untuk melakukan sesuatu atau berperilaku dengan cara tertentu untuk mendukung seseorang/sesuatu fakta dengan dirinya sendiri. Komitmen sebagai suatu kekuatan yang mengikat untuk melakukan aksi yang relevan dengan sasaran tertentu (Meyer dan Herscovitch, 2001). Komitmen terdiri dari komitmen diri, keluarga, organisasi, masyarakat dan sebagainya. Dalam hal ini siswa diminta untuk berkomitmen tidak melakukan *bullying* setelah di beri pemahaman tentang *bullying* dan dampak *bullying*.

B. Masalah

Kelurahan Cihannyawar merupakan kelurahan yang cukup ramai penduduknya. Kehidupan desa yang berada dekat dengan kota besar seperti Bandung dan Jakarta mengakibatkan daerah ini menjadi daerah urban yang cepat, begitu juga secara psikologis, terdapat asimiliasi dan akulturasi budaya kota ke desa. Sehingga meskipun berada di wilayah desa, kultur masyarakatnya sebahagian meniru gaya kehidupan masyarakat kota, salah satu diantaranya adalah penggunaan *gadget*. Penggunaan *android* yang bisa menjelajahi dunia yang sangat transparan mengakibatkan peniruan secara total tanpa saring terutama dikalangan remaja. Hal yang demikian berdampak pada perilaku negatif yang salah satunya adalah *bullying*. Hasil observasi awal terdapat 50 % . remaja melakukan tindakan *bullying* baik verbal maupun non verbal dengan teman sebayanya.

Sikap pembiaran karena tidak mendapat pengarahan dari lingkungan sekitar terutama orangtua yang pada akhirnya *bullying* dianggap hal yang wajar. Bahkan terdapat dua orang anak yang sudah melakukan tindakan *bullying* secara fisik yang menyebabkan kondisi temannya mengalami masalah baik secara fisik maupun psikologi. Guru dengan keterbatasan waktu dan kesibukan tidak banyak waktu untuk mengingatkan dan menegur

siswanya. Orangtua dengan sebahagian besar tingkat pendidikan yang sangat rendah tidak memahami apa efek dari *bullying*.

C. Metode Pelaksanaan

Kelurahan Cihannyawar merupakan kelurahan yang terletak di Kecamatan Nagrak. Kabupaten Sukabumi Jawa Barat. Kegiatan ini tujuannya adalah mengurangi perilaku *bullying* dengan membangun komitmen diri remaja untuk tidak melakukan *bullying* bagi teman sebayanya. Kegiatan ini melalui beberapa rangkaian kegiatan sebagai berikut:

1. Perencanaan

- a. Melakukan survey ke daerah lokasi
- b. Memohon ijin untuk melakukan pengabdian kepihak kecamatan
- c. Mempersiapkan tim
- d. Menyusun program-program yang akan dilaksanakan.

2. Pelaksanaan Kegiatan

- a. Memberikan informasi tentang *bullying* dan dampak *bullying* baik terhadap pelaku maupun korban. Kegiatan ini dilakukan dalam bentuk layanan klasikal. Namun sebelumnya di sebar instrument terkait *bullying*. Adapun materi kegiatan sebagai berikut:

- Informasi *bullying* serta dampaknya
- Refleksi diri tentang keterlibatan dalam perilaku *bullying*

- b. Melakukan layanan bimbingan kelompok untuk membangun komitmen diri untuk tidak melakukan *bullying*, melalui tahap-tahap

- Tahap pembentukan

Membangun hubungan positif dalam anggota kelompok serta rasa empati satu dengan yang lain.

- Tahap peralihan

Melakukan refleksi dengan tindakan *bullying*, melalui *role playing*, dan diskusi.

- Tahap kegiatan

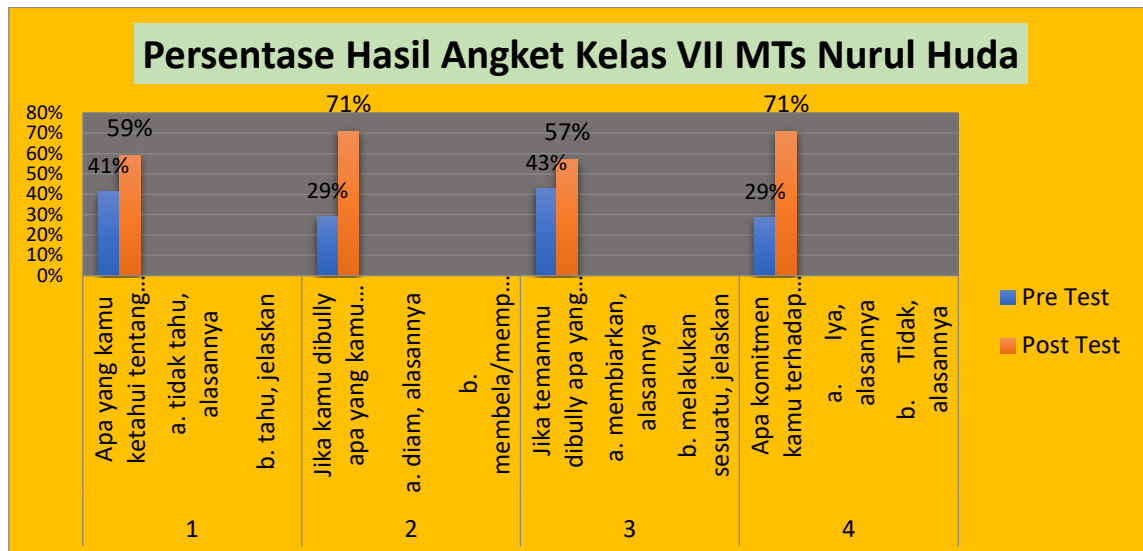
Melakukan komitmen diri untuk tidak melakukan *bullying*.

- Tahap Penutup

Menutup kegiatan dengan dengan saling memaafkan.

c. Evaluasi

Evaluasi dilakukan dengan menyebar instrument kembali tentang *bullying*, dan mengulang komitmen yang sudah disampaikan pada waktu kegiatan inti hasilnya sebagai berikut:



Gambar 1. Instrument Tentang *Bullying*

Pada tabel di atas terlihat ada peningkatan pemahaman *bullying* anak remaja di Kelurahan Cihannyawar, sehingga mereka berkomitmen untuk tidak melakukan *bullying* pada teman sebaya. Salah satu komitmen yang di tulis adalah “Saya tidak akan melakukan *bullying* kepada teman saya karena merugikan saya dan merugikan teman saya”.



Gambar 2. Menjelaskan Untung Rugi Melakukan *Bullying*



Gambar 3. Menjelaskan Tentang *Bullying* dalam Bentuk Layanan Klasikal



Gambar 4. Interaksi dengan Siswa Tentang Bahaya *Bullying*

D. Pembahasan

Setelah mengamati *role playing* antara korban dan pelaku *bullying* dalam layanan bimbingan kelompok, kegiatan dilanjutkan dengan refleksi diri dampak dari *bullying*. Para peserta dalam hal ini mulai memahami dampak *bullying* dari yang dilakukan. Sebahagian mengatakan selama ini mereka sering melakukan *bullying* tanpa mereka sadari. Awalnya ada beberapa anak menyampaikan bahwa biasa saja pelaku melakukan tindakan *bullying* karena disebabkan oleh hal-hal tertentu seperti rasa kebencian, iri hati, atau dendam. Namun dari

hasil *role playing*, refleksi dan diskusi selanjutnya mereka ingin merubah pandangan tersebut dan berkomitmen untuk menjauhi sifat-sifat negatif tersebut. Kemudian siswa bisa merasakan bagaimana jika dirinya berada di posisi korban dengan mengutarakan perasaannya seperti kesal, marah, sedih, takut, dan sebagainya. Sehingga diakhir sesi bimbingan kelompok mereka melakukan komitmen diri.dengan menghindari perilaku bullying, serta tidak akan tinggal diam apabila di *bully*, apabila mereka mengalami tindakan *bullying* mereka akan berusaha menyampaikannya kepada guru atau orang tua. Awal kegiatan siswa sebahagian besar menyatakan “lebih baik diam karena takut” Namun setelah kegiatan siswa berkomitmen “saya berjanji untuk tidak melakukan *bullying* dan mencegah teman jika ada yang melakukan *bullying*”. Dari hal tersebut terdapat suatu peningkatan pemahaman tentang *bullying* dan komitmen untuk tidak melakukan *bullying*.

E. Kesimpulan

Hasil dari observasi awal yang dilakukan tergambar bahwa banyak remaja melakukan *bullying* karena tidak memahami apa akibat dari *bullying* tersebut. Sehingga sering terjadi konflik di antara anak remaja di daerah tersebut, karena secara tidak disadari mereka telah menyakiti satu dengan yang lainnya. *Treatment* dilakukan dengan dua sesi, sesi pertama memberikan layanan klasikal dengan metode ceramah dan refleksi diri, di kelurahan dan sesi kedua dilanjutkan dengan layanan bimbingan kelompok dengan metode *role playing*, diskusi dan refleksi diri. Hasilnya cukup menggembirakan, terdapat peningkatan pemahaman tentang *bullying* dan pernyataan komitmen positif untuk menghentikan tindakan *bullying*.

DAFTAR PUSTAKA

- Allison Seale. (2004). “*The 4-1-1 on Bullying*,” Hamilton Fish Institute, The George Washington University.
- Hartinah, S. (2009). *Konsep Dasar Bimbingan dan Kelompok*. Bandung: PT Refika Aditama.
- King, Laura A.. (2010). *Psikologi Umum*. Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.
- Lesmana, Jeanette Murad. (2008). *Dasar-Dasar Konseling*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Liliweri, Alo. (1997). *Komunikasi Antar Pribadi*. Bandung: Citra Aditya Baki.
- Meyer dan Herscovitch. (2001). *Commitment in the Workplace: Toward a General Model*.

London: Blackwell Scientific Publications.

Olweus, D. (1993). *Bullying at School; What We Know and What We Can Do*.
Massachussetts: Blackwell Publishing.

Prayitno, dkk. (2017). *Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Bogor: Ghalia.

Santrock, John W. (2014). *Adolescence*. Ed.15. New York: McGraw-Hill Education.