

## **Bullying, Masalah Sederhana Yang Tak Bisa Dipandang Sebelah Mata**

Percaya atau tidak, masalah sesederhana apapun kalau tidak ditanggapi dengan serius pasti akan menghasilkan dampak atau efek yang luar biasa. Bullying adalah salah satunya. Siapa sangka, ada orang yang rela mengakhiri hidupnya karena di-bully. Mengerikan bukan? Tapi jangan khawatir, semua permasalahan selalu ada solusinya, begitupula dengan bullying, untuk mengetahuinya lebih lanjut, mari kita simak hasil wawancara bersama Nurlita Endah Karunia SPsi MPsi selaku dosen psikologi Universitas Surabaya.

'Bullying merupakan salah satu bentuk kekerasan yang dilakukan oleh satu atau sekelompok orang dengan sengaja melakukan tindakan-tindakan yang bersifat negatif secara berulang kali yang tujuannya adalah menyakiti, merendahkan, atau menjatuhkan harga diri orang lain. Bullying ini terjadi karena ada kesenjangan power/kekuatan antara pelaku dan korbannya'. tutur dosen psikologi Ubaya yang akrab disapa 'Lita' ini.

Bentuk bullying juga sangat beragam, mulai dari bentuk fisik seperti pukulan, verbal seperti ejekan, memaki-maki; maupun psikologis seperti pengabaian atau mengisolasi orang lain. Ada banyak faktor yang menyebabkan seseorang melakukan perilaku bullying, salah satunya adalah karena memiliki pengalaman masa lalu yang sama. Korban bullying dapat berubah menjadi pelaku bullying apabila kondisinya memungkinkan.

'Kalau kita lihat, kan sekarang masih ada beberapa kegiatan yang menggunakan kekerasan untuk kegiatan penerimaan anggota baru. Dan biasanya hal tersebut akan menjadi siklus, junior yang dulunya pernah mengalami bullying akan melakukan hal yang sama ke juniornya lagi, karena ketika ia melakukan itu, ia merasa percaya diri karena mereka bisa menguasai orang lain,' tambahnya.

Selain pengalaman masa lalu, orang tua juga memegang peranan penting dalam perilaku bullying. Hal ini karena pola asuh orang tua yang sangat otoriter dan sering menggunakan hukuman fisik akan membuat perilaku tersebut ditiru anak dan dipraktikkan di lingkungannya dan teman-temannya. Tidak hanya itu, orang tua juga harus mendampingi anak-anak saat menonton televisi, karena sebenarnya perilaku bullying sudah ditunjukkan melalui kartun-kartun yang sering ditonton di televisi.

'Contohnya film Doraemon, di sana kita bisa melihat karakter Giant menunjukkan perilaku yang membully Nobita seperti memukul, mengancam, dan tidak mau berteman dengan Nobita. Di sini anak-anak yang menonton kartun tersebut dengan tanpa dampingan orang tua, bisa jadi akan meniru perilaku Giant, karena mengidolakannya tanpa mengetahui bahwa tindakan bullying adalah tindakan yang tidak terpuji,' tuturnya dengan semangat.

Dampak bullyingpun sangat beragam mulai dari dampak yang sangat ringan seperti takut datang ke sekolah, prestasi sekolah menurun hingga sangat parah, suicide misalnya. Keberagaman itu disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain social support yang diterima dari orang tua maupun lingkungan, bentuk bullying yang diterima anak, maupun karakteristik anak itu sendiri.

'Ada kasus anak dibully dengan cara diledek dan itu sangat berpengaruh dalam hidupnya karena ia tidak mendapatkan social support yang cukup dari orang tua maupun lingkungannya. Begitupula ada kasus yang sebaliknya, dimana korban bisa membela dirinya lantaran mempunyai social support yang besar dari keluarga. Jadi dampak bullying itu sangatlah beragam,' tegasnya.

Karena itu, orang tua harus mendidik anak agar berdaya dan mandiri sejak dini, agar anak punya rasa percaya diri yang baik sehingga anak tidak mudah dimanipulasi oleh orang lain. Salah satu cara yang bisa dilakukan para orang tua adalah dengan memasukkan anak ke berbagai aktivitas, karena dengan mengikuti aktivitas tersebut akan menimbulkan perasaan mampu, dan percaya diri pada dirinya. Selain itu, orang tua juga harus aware pada segala sesuatu yang terjadi pada sang buah hati, sehingga apabila ada suatu permasalahan, orang tua bisa mendeteksinya sejak dini, dan menyelesaikannya.

'Perilaku bullying bisa dihilangkan dan pastinya penghilangan bullying tersebut memerlukan kerjasama berbagai pihak, terutama untuk remaja yang tidak berada dalam perlindungan /tanggung jawab institusi tertentu. Karena itu, kita membutuhkan kolaborasi

yang baik dari berbagai pihak, mulai dari orang tua, sekolah dan masyarakat (organisasi pemuda, organisasi keagamaan, institusi pendidikan) sehingga bisa menjadi panutan yang memberikan petunjuk sekaligus menyeleksi mana kegiatan yang positif yang harus dikembangkan, dan mana kegiatan yang negatif dan wajib dihentikan,' tutupnya mengakhiri wawancara. (dnl)