



## Mencegah Tindakan *Bullying* di Sekolah Dasar dengan Menguatkan Budaya Malu dan Bersalah pada Siswa

Aditya Rizqi Putra<sup>1</sup>, Endang Nur Azizah<sup>2</sup>, Fathur Rahman Baeny<sup>3</sup>, Halimah Tussadiyah<sup>4</sup>, Ika Yatri<sup>5</sup>, Azhar Nawawi<sup>6</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6</sup> Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka

### Abstract

Received: 27 November 2023

Revised: 08 Desember 2023

Accepted: 15 Desember 2023

*Bullying in school is a serious problem that causing negative impact on child. To prevent bullying, it is important to build up shame and culture on student. This culture help students developing empathy, responsibility and awareness for consequences of bad attitude. In this article, we are discussing about the important of shame culture and guilt culture also the strategy that can be applied to prevent bullying in elementary school. The strategy includes education of value and social morality, learning by example, developing positive and accurate consequences, parental involvement, social skill training, and building up anti-bullying commit. By applying these steps, schools are expected to create a safe, caring, and free from bullying environment.*

**Keywords:** *Bullying, Elementary School, Shame And Guilt Culture, Preventing, Strategy.*

(\*) Corresponding Author:

[Tussadiyahhalimah51@gmail.com](mailto:Tussadiyahhalimah51@gmail.com)

**How to Cite:** Putra, A. R., Azizah, E. N., Baeny, F. R., Tussadiyah, H., Yatri, I., & Nawawi, A. (2023). Mencegah Tindakan *Bullying* di Sekolah Dasar dengan Menguatkan Budaya Malu dan Bersalah pada Siswa. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10405631>.

## PENDAHULUAN

UUD No.20 Tahun 2003 menjelaskan bahwa pendidikan merupakan sebuah usaha sadar dan terencana guna mewujudkan suasana dan proses pembelajaran yang mampu membuat peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya agar memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, kepribadian, pengendalian diri, kecerdasan, kahlak mulia dan keterampilan lain yang diperlukan untuk dirinya sendiri, masyarakat, bangsa serta negara. Tujuan dari diadakannya pendidikan dasar ini salah satunya yaitu membentuk karakter individu yang mampu hidup secara berkelompok atau bermasyarakat. Menurut (wiyani, 2013) di dalam (Yuwono, T., & Prastowo, 2022) usia anak dasar merupakan masa yang sangat penting untuk seorang anak dalam masa pertumbuhan yang mempengaruhi perkembangan karakter. Peserta didik pada masa sekolah dasar memiliki pola pikir yang cepat tangkap terhadap apa yang dilihatnya. Untuk itu pada fase ini perlu ditanamkan nilai-nilai yang baik khususnya dalam kehidupan bersosialisasi, karena anak-anak akan dihadapi dengan berbagai perbedaan. Contohnya adalah perbedaan fisik, budaya, daerah, dan sebagainya. Jika anak-anak tidak dibekali keterampilan sosial yang baik maka akan rentan terhadap perilaku yang tidak baik seperti *bullying*.

*Bullying* merupakan tindakan agresif dan merendahkan yang dilakukan berulang kali terhadap orang lain, dengan tujuan menyakiti, mengintimidasi, atau menakut-nakuti mereka secara fisik, verbal, atau melalui media sosial. KPAI menyatakan bahwa Indonesia merupakan posisi kelima dari 78 negara sebagai negara yang pelajarnya paling sering mengalami kasus ini, hasil riset dari Programme for international students assessment (PISA) 2018 juga menunjukkan

bahwa 41,1% siswa di Indonesia mengaku pernah mengalami *bullying*. Berdasarkan data-data diatas sudah jelas bahwasannya *bullying* merupakan hal negatif yang perlahan menjadi lumrah terjadi di Indonesia khususnya pada jenjang sekolah dasar. *Bullying* pada jenjang sekolah dasar terjadi karena berbagai faktor yang meliputi faktor internal maupun external dari sekolah, namun tetap menjadi rahasia umum bahwa kasus *bullying* makin marak terjadi dan tak kunjung tertuntaskan.

Oleh karena maraknya kasus *bullying* di sekolah dasar, sebuah solusi harus ditemukan, sebuah pencegahan harus dilakukan demi masa depan siswa atau anak yang lebih baik tanpa *bullying*. Dengan mengandalkan penanaman budaya malu dan bersalah diharapkan dapat menekan bahkan menghilangkan potensi-potensi terjadinya *bullying* di segala tingkat pendidikan terutama sekolah dasar. Berawal dari sebuah pembiasaan dan penanaman budaya, masa depan yang lebih baik tanpa *bullying* hampir bisa dilihat di depan mata.

## **METODE**

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi literatur. Data yang digunakan yaitu dengan membaca jurnal-jurnal, meninjau kajian pustaka yang relevan dan berkaitan dengan judul yang diteliti.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Dalam bahasa Indonesia, secara etimologi kata *bully* memiliki arti yaitu penggertak, orang yang mengganggu orang lemah. Dan secara terminology definisi *bullying* menurut Ken Rigby dalam Astuti (2008; 3, dalam Ariesto, 2009) yaitu sebuah hasrat untuk menyakiti. Hasrat ini diperlihatkan melalui aksi, sehingga menyebabkan seseorang menderita. Aksi ini dilakukan secara langsung oleh individu ataupun kelompok yang merasa dirinya lebih kuat dan biasa berulang dan dilakukan dengan perasaan senang.

*Bullying* adalah sikap kekerasan yang dilakukan untuk melukai orang lain, baik secara verbal maupun fisik dan menyimpang secara mental (Dewi, 2020). Menurut pendapat (Septiyuni,dkk dalam Junintra et al., 2022) tentang *bullying* adalah perilaku kasar ataupun perilaku negatif sehingga bisa mengganggu dan berbahaya yang dilakukan secara berulang-ulang sehingga dapat menimbulkan trauma, ketidaknyamanan dan ketakutan bagi korban.

Menurut Chakrawati (2015:14) *bullying* terjadi dalam beberapa tindakan, yaitu *bullying* fisik, verbal dan psikis. *Bullying* fisik merupakan jenis tindakan *bullying* yang dapat terlihat dan dapat teridentifikasi karena dapat melukai fisik korban atau bertujuan untuk menyakiti tubuh seseorang . Contoh tindakan fisik yaitu memukul, mencubit, menendang, serta meludahi korban yang ditindas. *Bullying* verbal yaitu tindakan yang dilakukan dengan ucapan yang menyakiti. Tindakan verbal adalah yang paling sering dijumpai. Contohnya, mengejek, mencaci, membentak, menjatuhkan, dan sebagainya. *Bullying* psikis adalah bentuk pelecehan atau intimidasi yang melibatkan aspek psikologis atau emosional tanpa melibatkan kekerasan fisik. misalnya mengolok-olok atau mencemooh secara terus-menerus tentang penampilan fisik, kemampuan, atau karakter seseorang dan

mengancam atau memaksa seseorang untuk melakukan sesuatu yang tidak mereka inginkan.

Menurut Abdullah (2013:52), *bullying* dapat membuat kesenangan menjadi buruk bagi anak. Setiap tindakan *bullying* dapat menimbulkan berbagai dampak secara jangka pendek maupun jangka panjang. Pada jangka pendek korban akan bereaksi sedih, penurunan minat belajar. Dampak jangka panjang yaitu menimbulkan trauma yang membutuhkan waktu yang panjang untuk menyembuhkannya, seperti depresi, merubah kepribadian menjadi buruk, menjadi pribadi yang takut dan tidak mau bersosialisasi, bahkan korban *bullying* dapat menjadi pelaku *bullying* karena rasa dendam yang ingin dibalaskan dan yang lebih parah korban *bullying* banyak ditemukan melakukan bunuh diri.

Dampak *bullying* pada umur 4-12 tahun memiliki banyak dampak negatif juga bagi pelaku *bullying*. Pelaku berpotensi terlibat dalam tindakan kekerasan atau kenakalan lainnya ketika tumbuh dewasa seperti rentan terlibat perkelahian, tindakan kriminal, KDRT, pecandu narkoba dan sebagainya. Dapat disimpulkan tindakan *bullying* memiliki dampak yang negatif dan memprihatinkan bagi masa depan korban maupun pelaku *bullying* itu sendiri.

Selain itu *bullying* juga memiliki berbagai faktor yang menyebabkan terjadinya perilaku tersebut. Menurut Ariesto 2009, faktor-faktor terjadinya *bullying* yaitu: faktor keluarga, sekolah, teman sebaya, lingkungan sosial dan tayangan media sosial. Pelaku *bullying* sebagian besar berasal dari keluarga yang bermasalah, seperti orang tua yang sering menghukum anaknya secara berlebihan, situasi rumah yang tidak harmonis, membuat stress dan berbagai permusuhan. Dengan situasi keluarga yang seperti itu akan membuat anak mempelajari perilaku *bullying* yang terjadi ketika mengamati konflik pada orang tua. Selain itu kurangnya penanaman nilai-nilai karakter yang kuat untuk kehidupan bermasyarakat pada anak. Karena keluarga merupakan pondasi utama seorang anak untuk belajar menjadi individu yang baik sebelum menghadapi kehidupan. Selanjutnya yaitu faktor sekolah, seringkali sekolah mengabaikan keberadaan *bullying* di sekolah karena kurangnya pengawasan yang ketat, sehingga pelaku *bullying* membenarkan perilakunya. Selain itu sekolah kerap memberikan hukuman yang tidak membangun siswa sehingga tidak mengembangkan rasa saling menghargai dan menghormati antar anggota sekolah. Faktor selanjutnya yaitu faktor teman sebaya, anak-anak seringkali mudah terpengaruh dengan teman sebayanya yang menjadi pelaku *bullying*, karena pelaku *bullying* memiliki kendali untuk mempengaruhi temannya berperilaku yang sama, bahkan ketika mengikuti kelompok tertentu anak-anak terpaksa harus melakukan *bullying* untuk bisa bergabung.

### **Kasus Bullying**

Ada beberapa contoh kasus *bullying* seperti :

#### **1. Anak SD di Palangkaraya Yang Mengalami Trauma Usai Dirundung.**

Salah satu siswa kelas 3 SD di Kota Palangkaraya diketahui mengalami trauma akibat dari serangan fisik dari siswa lainnya. Kejadian ini merupakan kejadian untuk yang ketiga kalinya siswa tersebut harus dilarikan ke rumah sakit untuk mendapatkan penanganan medis, kejadian pertama terjadi pada tanggal 19 Agustus 2022, korban mendapat dorongan dan ditusuk dadanya menggunakan dua jari hingga meninggalkan bekas luka memar. kasus kedua terjadi 10 hari setelahnya atau pada tanggal 29 agustus 2022 korban ditendang oleh temannya sampai terjatuh

dan kepalanya membentur sebuah pot yang terbuat dari beton yang berada di depan kelasnya akibatnya korban harus dirawat atau dilarikan ke UKS dengan baju berlumuran darah. kasus ketiga terjadi dengan rentang yang cukup lama yaitu pada tanggal 15 Maret 2023 di mana korban diserang oleh sekelompok murid dan teman-temannya karena diduga mencuri tipe-x dalam peristiwa tersebut korban dibanting ditonjok hingga diinjak-injak oleh sekelompok temannya tersebut.

2. Kasus selanjutnya siswa SMP nekat bakar sekolahnya di temanggung iya adalah murid dari sekolah tersebut yang nekat membakar sekolahnya sendiri karena sakit hati karena dibully oleh teman-temannya dirinya juga merasa tidak dihargai oleh gurunya, salah satu contoh pembeliannya adalah dirinya diejek memakai nama orang tua ia juga mengaku karena dikeroyok oleh teman-temannya lalu ia juga pernah tidak dihargai oleh gurunya dan dengan kasus tugasnya disobek-sobek di depan pelaku.

### **Budaya Malu dan Bersalah**

Melihat berbagai kasus *bullying* yang semakin meningkat saat ini penting untuk mencari solusi penyelesaian kasus-kasus *bullying*, Benedict menyatakan bahwa budaya malu adalah budaya di mana "rasa malu" menjadi faktor penting dalam membentuk pola perilaku, di mana reaksi terhadap kritik atau pandangan orang lain menjadi sangat berpengaruh. Menurut pendapat lainnya, budaya malu merupakan kehidupan sosial yang mengharuskan individu untuk memiliki sikap mawas diri, tanggung jawab, etika, dan moral yang tinggi. Dengan kata lain, dalam budaya ini, individu merasa bertanggung jawab untuk memperhatikan perilaku dan tindakan mereka dalam hubungan dengan orang lain, serta mempertimbangkan norma-norma, moral dan etika yang berlaku dalam bermasyarakat.

Masyarakat mengaplikasikan budaya malu dalam kehidupan sehari-hari sejak usia dini. Hal ini dapat terlihat dalam berbagai tindakan seperti mengantri dengan tertib di loket, membuang sampah pada tempatnya, menggunakan bahasa yang sopan dan santun, serta menunjukkan disiplin dalam pekerjaan dan ketepatan waktu. Budaya malu memiliki pengaruh besar terhadap pembentukan watak seseorang dalam bermasyarakat. Ketika seseorang bergabung di tengah-tengah masyarakat, ia akan terpengaruh oleh budaya yang ada di sekitarnya. Ketidakmampuan untuk memenuhi standar tertentu dalam nilai-nilai budaya tersebut akan menyebabkan orang tersebut merasa malu.

Salah satu contoh budaya malu adalah budaya yang menghukum atau mengucilkan individu yang melakukan atau dianggap melanggar norma-norma sosial atau nilai-nilai yang berlaku dalam masyarakat. Budaya malu sering kali menciptakan tekanan dan rasa takut pada individu untuk tidak melanggar aturan yang ditetapkan, bahkan jika aturan tersebut tidak adil atau tidak sejalan dengan nilai-nilai hak asasi manusia maupun kesetaraan gender.

"Budaya rasa bersalah" atau "budaya rasa bersalah" dipahami sebagai bentuk budaya di mana istilah "dosa" (dosa) dan rasa bersalah (rasa bersalah) dipahami. Pertobatan dan sebagainya sangat penting. Meski orang lain tidak pernah mengetahui kejahatan tersebut, pelaku juga merasa bersalah. Dia menyesal dan tidak nyaman dengan tindakan itu sendiri, bukan karena orang lain menelepon atau melecehkannya, jadi itu juga bukan reaksi orang luar. Dalam budaya bersalah, sanksi tidak datang dari luar, tetapi dari dalam atau dari kepala orang tersebut. Dapat dimengerti bahwa dalam budaya bersalah seperti itu, hati nurani memainkan

peran yang sangat penting. Para ahli, menunjukkan perbedaan antara kedua model budaya tersebut, berpendapat bahwa sebagian besar budaya adalah budaya rasa malu sementara sedikit budaya rasa bersalah. Menurut pendapat mereka, sebagian besar yang disebut "budaya primitif" (seperti suku asli Amerika) dan hampir semua budaya Asia diklasifikasikan sebagai budaya malu. Pada saat yang sama, budaya Barat di Eropa dan Amerika adalah budaya rasa bersalah.

### **Pentingnya Budaya Malu dan Bersalah**

Menguatkan budaya malu dan bersalah pada siswa sekolah dasar memiliki peran penting dalam mencegah tindakan *bullying*. Budaya ini membantu mengembangkan empati, rasa tanggung jawab, dan kesadaran akan konsekuensi dari tindakan yang merugikan orang lain. Ketika siswa merasa malu atau bersalah atas tindakan mereka, mereka cenderung lebih berpikir dua kali sebelum melakukan perilaku negatif. Hal ini membantu menciptakan lingkungan sekolah yang lebih aman, lebih peduli, dan lebih inklusif.

### **Strategi untuk Menguatkan Budaya Malu dan Bersalah :**

#### 1. Pendidikan tentang nilai-nilai dan norma sosial :

Sekolah harus memberikan pendidikan yang jelas tentang nilai-nilai positif dan norma sosial yang diharapkan dari siswa. Melalui pelajaran, kegiatan ekstrakurikuler, dan diskusi kelas, siswa dapat memahami betapa pentingnya menghormati, menghargai, dan merawat orang lain. Mereka juga perlu belajar tentang dampak negatif dari tindakan *bullying* terhadap korban dan komunitas sekolah.

#### 2. Pembelajaran melalui contoh :

Guru dan staf sekolah harus menjadi contoh yang baik dalam perilaku dan interaksi mereka dengan siswa. Mereka perlu menunjukkan sikap yang positif, menghargai perbedaan, dan menunjukkan empati terhadap siswa. Dengan menjadi role model yang baik, siswa akan terinspirasi untuk meniru sikap dan perilaku positif tersebut.

#### 3. Penguatan positif dan konsekuensi yang tepat :

Penting untuk memberikan penghargaan dan penguatan positif kepada siswa yang menunjukkan perilaku yang baik dan menghindari tindakan *bullying*. Penghargaan dapat berupa pujian, sertifikat penghargaan, atau pengakuan di hadapan kelas. Di sisi lain, harus ada konsekuensi yang jelas dan konsisten bagi siswa yang terlibat dalam tindakan *bullying*. Konsekuensi tersebut dapat berupa pembinaan, hukuman yang sesuai, atau perbaikan sikap.

#### 4. Komunikasi yang terbuka dan mendukung :

Membangun komunikasi yang terbuka antara siswa, guru, dan orang tua sangat penting. Siswa harus merasa nyaman untuk melaporkan tindakan *bullying* yang mereka alami atau saksikan kepada guru atau staf sekolah. Selain itu, orang tua juga perlu dilibatkan dan diberikan informasi mengenai tindakan yang mereka bisa lakukan di rumah.

#### 5. Pelatihan keterampilan sosial :

Sekolah dapat menyelenggarakan program pelatihan keterampilan sosial untuk siswa. Dalam pelatihan ini, siswa diajarkan tentang pentingnya empati, komunikasi yang efektif, penyelesaian konflik yang konstruktif, dan pengelolaan emosi. Dengan memiliki keterampilan sosial yang kuat, siswa akan lebih mampu berinteraksi secara positif dengan orang lain dan menghindari tindakan *bullying*.

6. Pembentukan komite anti-*bullying* :

Sekolah dapat membentuk komite anti-*bullying* yang terdiri dari guru, staf, siswa, dan orang tua. Komite ini bertugas untuk mengawasi dan menangani kasus-kasus *bullying*, serta mengembangkan kebijakan dan program pencegahan yang efektif. Komite juga dapat mengadakan kegiatan pendidikan dan kampanye untuk meningkatkan kesadaran tentang *bullying* di kalangan siswa dan komunitas sekolah.

7. Melibatkan siswa dalam pembuatan aturan dan kebijakan :

Dengan melibatkan siswa dalam pembuatan aturan dan kebijakan sekolah terkait dengan tindakan *bullying*, mereka akan merasa memiliki tanggung jawab terhadap lingkungan sekolah mereka. Hal ini dapat dilakukan melalui diskusi kelompok, pemilihan perwakilan siswa, atau forum siswa. Siswa juga dapat diajak untuk memberikan masukan dan saran terkait upaya pencegahan *bullying*.

8. Pembiasaan siswa untuk mengucapkan 3 kata ajaib yaitu, maaf, tolong dan terima kasih.

Siswa harus dibiasakan untuk mengucapkan kata maaf, tolong dan terima kasih sebagai bentuk kesadaran rasa bersalah, malu dan menghargai orang lain.

## KESIMPULAN

Pendidikan adalah memberikan pengetahuan, keterampilan, dan nilai-nilai yang akan membantu individu menjadi pribadi yang berkualitas, berkontribusi positif kepada masyarakat, dan dapat beradaptasi dengan perubahan lingkungan dan zaman. Pendidikan juga menjadi fondasi penting dalam membentuk budaya, meningkatkan kesadaran, serta mendorong kemajuan dan inovasi dalam suatu bangsa. Usia sekolah dasar merupakan masa pertumbuhan yang sangat penting bagi seorang anak yang mempengaruhi karakter. Oleh karena itu, pada tahap ini perlu ditanamkan nilai-nilai yang baik, terutama dalam kehidupan bermasyarakat, karena anak menghadapi berbagai perbedaan. Contohnya termasuk perbedaan fisik, budaya, regional, dll. Jika anak tidak memiliki keterampilan sosial yang baik, mereka rentan terhadap perilaku buruk seperti *bullying*.

*Bullying* merupakan perilaku agresif dan merendahkan yang dilakukan secara berulang kali terhadap orang lain, dengan tujuan menyakiti, mengintimidasi, atau menakut-nakuti mereka secara fisik, verbal, atau melalui media sosial. Faktor-faktor terjadinya *bullying* yaitu: faktor keluarga, sekolah, teman sebaya, lingkungan sosial dan tayangan media sosial, setiap tindakan *bullying* dapat menimbulkan berbagai dampak secara jangka pendek maupun jangka panjang. Menguatkan budaya malu dan bersalah pada siswa sekolah dasar memiliki peran penting dalam mencegah tindakan *bullying*. Budaya ini membantu mengembangkan empati, rasa tanggung jawab, dan kesadaran akan konsekuensi dari tindakan yang merugikan orang lain. Oleh karena itu orang tua dan sekolah perlu untuk bekerja sama melakukan penguatan budaya malu dan bersalah dirumah dan sekolah dengan strategi yang tepat.

## REFERENSI

UNESCO. (2017). *School Violence and Bullying: Global Status Report*. Diakses dari <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000262378>

- StopBullying.gov. (n.d.). *Prevent Bullying*. Diakses dari <https://www.stopbullying.gov/prevent/index.html>
- Ariesto, A. (2009). *Pelaksanaan Program Antibullying Teacher Empowerment*
- Dewi, P. Y. A. (2020). *Perilaku School Bullying Pada Siswa Sekolah Dasar*. *Edukasi: Jurnal Pendidikan Dasar*, 1(1), 39. <https://doi.org/10.55115/edukasi.v1i1.526>
- Astuti, Ponny Retno. (2008). *Meredam Bullying: 3 Cara Efektif Menanggulangi Kekerasan Pada Anak*. Jakarta: PT Grasindo.