

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Konsep Upaya Sekolah

1. Pengertian Upaya

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia upaya adalah usaha, ikhtiar (untuk mencapai suatu maksud, memecahkan persoalan, mencari jalan keluar, daya upaya).¹ Menurut Tim Penyusunan Departemen Pendidikan Nasional “upaya adalah usaha, akal atau ikhtiar untuk mencapai suatu maksud, memecahkan persoalan, mencari jalan keluar, dan sebagainya. Poerwadarminta mengatakan bahwa upaya adalah usaha untuk menyampaikan maksud, akal dan ikhtisar. Peter Salim dan Yeni Salim mengatakan upaya adalah “bagian yang dimainkan oleh guru atau bagian dari tugas utama yang harus dilaksanakan.”²

Berdasarkan pengertian di atas dapat diperjelas bahwa upaya adalah bagian dari peranan yang harus dilakukan oleh seseorang untuk mencapai tujuan tertentu. Dalam penelitian ini di tekankan pada bagaimana usaha pihak sekolah dalam mengembalikan tarumatis korban peundungan.

2. Pengertian Sekolah

Sekolah adalah tempat untuk menempuh pendidikan dan juga di dalam sekolah memiliki berupa komponen hidup yang terdiri dari masukan sumber daya manusia (*human resources*

¹Indrawan WS, *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*, Jombang: Lintas Media, hal. 568.

²Peter Salim dan Yeni Salim, (2005) *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Modern English Press, hal. 1187.

input), masukan lingkungan (*environmental input*), dan masukan mentah (*raw input*). Dengan kata lain warga sekolah meliputi kepala sekolah, guru, tenaga tata usaha, komite sekolah serta siswa.

Upaya sekolah memulihkan trauma anak korban bullying dapat diartikan sebagai tindakan yang dilakukan anggota sekolah yang meliputi kepala sekolah, guru, tenaga tata usaha, wali kelas, pesuruh, komite sekolah serta siswa dalam menerapkan pendidikan lingkungan hidup.

a. Peran Kepala Sekolah

Untuk menggapai visi dan misi pendidikan perlu ditunjang oleh kemampuan kepala sekolah dalam menjalankan roda kepemimpinannya. Kepala sekolah harus mampu mengamalkan visi menjadi sebuah tindakan nyata di sekolah. Kepala sekolah dapat membuat visi menjadi sekolahpeduli dan berbudaya lingkungan menjadi kenyataan. Menurut E. Mulyasa, dinas pendidikan telah menetapkan bahwa kepala sekolah harus mampu menerapkan perannya sebagai educator, manager, administrator, dan supervisor. Bahkan seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi peran kepala sekolah menjadi bertambah yaitu sebagai leader, innovator, motivator, figure, dan mediator.³

b. Peran Guru

³E. Mulyasa, *Menjadi Kepala Sekolah Profesional*, (Rosda Karya:Bandung, 2007), 98

Menurut Cece Wijaya peran guru sangat beragam sekali diantaranya adalah:⁴

1) Guru sebagai pembimbing

Seorang guru bukan satu-satunya penyampai informasi dan satusatunya sumber pengetahuan bagi peserta didik, guru hanya bertugas sebagai pembangkit motivasi belajar siswa. Program Adiwiyata merupakan salah satu cara menciptakan karakter sekolah yang peduli dan berbudaya lingkungan. Oleh karena itu guru bimbingan dan konseling harus bisa menjadi pioner sekaligus koordinator program Adiwiyata.

2) Guru sebagai pengatur lingkungan

Pada hakikatnya mengajar itu adalah mengatur lingkungan agar terjadi proses belajar mengajar yang baik. Seorang guru harus bisa menciptakan suasana kelas yang efektif sehingga siswa dapat belajar dengan nyaman.

3) Guru sebagai konselor

Pendidikan karakter menjadi tugas dan kewajiban yang harus dilaksanakan dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling baik secara langsung maupun tidak langsung. Secara langsung, konselor sekolah harus merancang pelaksanaan pendidikan karakter peduli dan berbudaya lingkungan dalam program kegiatannya. Melalui program yang sudah dibuat dapat disusun

⁴ Cece Wijaya, dkk, *Upaya Pembaharuan dalam Pendidikan dan Pembaharuan dan Pengajaran*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1992), hal.107-108.

berbagai macam kegiatan untuk menyampaikan pesan-pesan pengembangan karakter yang peduli dan berbudaya lingkungan. Secara tidak langsung konselor sekolah dapat menyampaikan nilai-nilai pendidikan karakter peduli dan berbudaya lingkungan di manapun dan kapanpun melaksanakan tugasnya. Secara sadar konselor sekolah memiliki.

4) Guru sebagai motivator

Guru harus dapat memberikan motivasi belajar kepada peserta didik sehingga semangat untuk belajar dan menerapkan pendidikan lingkungan hidup.

c. Peran Tenaga Pendidik non Guru

Menurut keputusan Menteri Pendidikan Nasional RI No. 053/U/2001 tanggal 19 April 2001 tentang pedoman penyusunan standar pelayanan minimal penyelenggaraan persekolahan bidang pendidikan dasar dan menengah, tenaga kependidikan bukan pendidik adalah Sumber Daya Manusia (SDM) di sekolah yang tidak terlibat secara langsung dalam pelaksanaan Kegiatan Belajar Mengajar (KMB) di sekolah, tetapi sangat mendukung keberhasilannya dalam kegiatan administrasi di sekolah.

d. Upaya Siswa(Peserta Didik)

Peserta didik berstatus sebagai subjek didik yang memiliki ciri khas dan otonomi ingin mengembangkan diri dan mendidik diri secara terus menerus guna memecahkan masalah-masalah yang dijumpai sepanjang hidupnya. Peserta

didik memperoleh pengetahuan, keterampilan maupun nilai-nilai yang berasal dari pendidik (guru) termasuk pengetahuan, keterampilan dan nilai-nilai peduli dan berbudaya lingkungan.

Menurut UU RI No. 20 Tahun 2003 disebutkan dua kewajiban peserta didik yaitu menjaga norma-norma pendidikan untuk menjamin keberlangsungan proses dan keberhasilan pendidikan serta ikut menanggung biaya penyelenggaraan pendidikan kecuali bagi peserta didik yang dibebaskan dari kewajiban tersebut sesuai dengan peraturan perundang undangan yang berlaku. Peserta didik memiliki kewajiban untuk mengikuti seluruh kegiatan pendidikan dengan baik dan selalu berperan aktif dalam setiap kegiatannya, termasuk kegiatan yang berkaitan dengan pendidikan lingkungan hidup.⁵

B. Konsep Bullying

a. Pengertian Bullying

Di dalam bahasa Indonesia bullying disebut dengan kata perundungan yang artinya perbuatan merundung. Merundung adalah menyakiti orang lain, baik fisik maupun psikis, dalam bentuk kekerasan verbal, sosial, atau fisik berulang kali dan dari waktu ke waktu, seperti memanggil nama seseorang dengan julukan yang tidak disukai, memukul, mendorong, menyebarkan rumor, mengancam, atau merongrong.⁶

⁵ Mohamad Mustari, *Manajemen Pendidikan* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2015). hal. 108

⁶ Kamus Besar Bahasa Indonesia Offline

Stephenson dan smith menjelaskan bahwa bullying di gambarkan sebagai bentuk interaksi sosial dimana individu yang dominan akan menunjukkan perilaku agresif dengan menekan individu yang kurang dominan.⁷ Seseorang atau kelompok yang mempunyai kekuatan serta kekuasaan yang lebih, maka ia akan melakukan tindakan atau perilaku yang kurang menyenangkan kepada seseorang atau kelompok yang lebih lemah atau tidak memiliki kekuasaan.

Bullying menurut Tattum adalah keinginan sadar untuk menyakiti orang lain dan membuatnya merasa tertekan.⁸ Para perundung mereka memang sengaja mencari para korban untuk merasa tertekan dengan segala tindakannya. Mereka sadar bahwa keinginan mereka adalah ingin menunjukkan eksistensi dirinya terhadap orang lain dengan cara menekan dan menindas seseorang yang lemah.

Definisi bullying menurut Pony Astuti adalah Bullying, penganiayaan dan kekerasan lainnya adalah tindakan agresi. Bullying adalah bagian dari tindakan agresi yang dilakukan berulang kali oleh seseorang/anak yang lebih kuat terhadap anak yang lebih lemah secara psikis dan fisik. Bullying diidentifikasi sebagai sebuah perilaku yang tak dapat diterima dan jika gagal menangani maka bullying dapat menjadi tindakan agresi yang lebih parah. Perilaku bullying ini menjadi agresi yang

⁷ Vina Christina, *“Dampak Psikologis Korban Bullying”*, Skripsi, (Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, 2011),hal. 8.

⁸ Novan Ardy Wiyani, *Save Our Children From School Bullying*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012),hal.12.

mencerminkan kemarahan meluap-luap dan melakukan penyerangan kasar dari seseorang.⁹

Sedangkan definisi bullying menurut Ken Rigby, sebuah hasrat untuk menyakiti. Hasrat ini dilakukan secara langsung oleh seseorang atau kelompok yang lebih kuat, tidak bertanggung jawab, biasanya berulang, dan dilakukan dengan perasaan senang. Kemudian bullying menurut Chakrawati bullying berasal dari kata “bully” yang berarti penggertakan atau orang yang mengganggu orang lain yang lemah. Bullying secara umum diartikan sebagai perpelocoan, penindasan, pengucilan, pemalakan dan lain sebagainya.¹⁰

Bullying adalah sebuah situasi di mana terjadinya penyalahgunaan kekuatan atau kekuasaan yang dilakukan oleh seseorang/kelompok. Pihak yang kuat disini tidak hanya berarti kuat dalam ukuran fisik, tapi bisa juga kuat secara mental. Dalam hal ini, korban bullying tidak mampu membela atau mempertahankan dirinya karena lemah secara fisik atau mental.¹¹

Bullying merupakan tindakan atau perilaku yang tidak normal, karena mereka para pelaku menggunakan kekuatan dan kekuasaan untuk melancarkan aksinya terhadap para korban bullying tersebut. Dan Olweus mendefinisikan bullying yang

⁹ Pony Retno Astuti, *Meredam Bullying (3 Cara efektif mananggulangi kekerasan pada anak)* (Jakarta: Grasindo 2008) h.2

¹⁰ Fitria Chakrawati. *Bullying Siapa Takut* (Solo: PT Tiga Serangkai Pustaka Mandiri, 2015) h.11

¹¹ Yayasan Semai Jiwa Amini, *Bullying: Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitar Anak* (Jakarta: Grasindo, 2008) hal.2.

mengandung dalam tiga unsur mendasar dari perilaku bullying sebagai berikut.¹²

1. Bersifat menyerang (agresif) dan negatif.
2. Dilakukan secara berulang kali.
3. Adanya ketidak seimbangan kekuatan antara pihak yang terlibat.

Elliot mendefinisikan bullying sebagai suatu tindakan seseorang dengan sengaja untuk membuat orang lain takut atau terancam.¹³ Bullying dapat menyebabkan korban menjadi takut dan menutup diri karena berbagai intimidasi yang dilakukan oleh pelaku perundungan. Menurut Ken Rigby bullying merupakan sebuah hasrat untuk menyakiti. Aksi ini dilakukan secara langsung oleh seorang individu atau kelompok yang lebih kuat, tidak bertanggung jawab, biasanya berulang, dan dilakukan dengan perasaan senang.¹⁴

Dari berbagai penjelasan para ahli diatas, maka dapat disimpulkan tindakan bullying adalah tindakan yang dilakukan oleh seseorang atau kelompok dengan maksud menunjukkan eksistensi kepada orang lain dengan cara meledek, mengolokolok, memukul atau bahkan menganiaya orang lain tanpa perasaan bersalah, bahkan merasa senang dengan apa yang dilakukannya terhadap orang lain. Dan korban merasa

¹² Novan Ardy Wiyani, *Save Our Children From School Bullying*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012), hal.13.

¹³ Vina Christina, "*Dampak Psikologis Korban Bullying*", Skripsi, (Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata,

¹⁴ Ponny Retno Astuti, *Meredam Bullying 3 Cara Efektif Mengatasi Kekerasan Pada Anak* (Jakarta:PT Grasindo, 2008), hal.3

takut serta terancam dengan apa yang dilakukan oleh pelaku bullying.

Bullying terbagi kedalam dua jenis. Pertama, bullying secara fisik terkait dengan suatu tindakan yang dilakukan pelaku terhadap korbannya dengan cara memukul, menggigit, menendang dan mengintimidasi korban di ruangan dengan mengitari, mencakar, mengancam. Kedua, bullying secara nonfisik terbagi menjadi dalam dua bentuk, yaitu verbal dan nonverbal. Perundungan verbal dilakukan dengan cara mengancam, berkata yang tidak sopan kepada korban, menyebarluaskan kejelekan korban, pemalakan yang dilakukan oleh pelaku perundungan terhadap korbannya. Bullying nonverbal dilakukan dengan cara menakuti korban, melakukan gerakan kasar seperti memukul, menendang, melakukan hentakan mengancam kepada korban, memberikan muka mengancam, mengasingkan korban dalam pertemanan.¹⁵

b. Permasalahan umum pendidikan di Indonesia yang dapat menyebabkan bullying

1) Krisis moral

Dikalangan anak didik, pendidikan moral cenderung terabaikan, bahkan sering kali tidak menjadi titik tekan dalam setiap lembaga-lembaga pendidikan sekolah. Persoalan ini muncul akibat kurangnya perhatian tenaga pendidik dan keluarga dalam menanamkan nilai-nilai moral dalam setiap perilaku kehidupan sehari-hari. Kendati sudah diterapkan pendidikan karakter dalam setiap proses pembelajaran di

¹⁵ Ibid, 21.

sekolah. Namun tampaknya kurang efektif dalam bentuk kepribadian luhur dan tingkah laku yang sesuai dengan landasan agama.

2) Krisis spiritualitas

Ketika pendidikan agama belum termanifestasikan sejak anak masih balita, nilai-nilai spiritualpun akan sirna dalam setiap dimensi kehidupan. Sejalan dengan perkembangan usianya, hubungan dengan lembaga pendidikan dan masyarakat dapat dipastikan akan terus bertambah, sementara hubungan dengan keluarga semakin bekurang. Pendidikan agama islam di dalamnya memuat aspek bahasan yang bervariasi. Aspek aqidah adalah salah satu pokok bahasan penting. Berdasarkan pernyataan tersebut peningkatan pendidikan agama terutama pokok bahasan aqidah adalah hal penting yang patut memperoleh perhatian. aqidah di sisilain adalah karena pangkal pembinaan pendidikan moral bangsa.¹⁶

Pendidikan keluarga menjadi sangat penting untuk menumbuh kembangkan nilai-nilai spiritual sebagai landasan fundamental dalam memperkuat keimanan dan prilaku kepribadian anak. Pendidikan keluarga menjadi sangat penting untuk menumbuh kembangkan nilai-nilai spiritual sebagai landasan fundamental dalam memperkuat keimanan dan prilaku kepribadian anak.

¹⁶ Alfauzan Amin 2019. *Pengembangan Bahan Ajar Aqidah Berbasis Metapora Dalam Pemahaman Konsep Abstrak Siswa Sekolah Menengah Pertama*. Jurnal Pendidikan Islam Vol.07 No.02, h.2

Namun nyatanya, keluarga terkadang belum mampu mengimplementasikan pendekatan agama yang baik bagi anak sehingga seperti kehilangan kendali dalam merekonstruksikan nilai-nilai ilahiah yang terbengkokkan dalam benak anak. Kondisi ini dapat dikatakan sebagai dari krisis spiritual yang menimpa anak ketika bersentuhan dunia luar yang tidak sesuai dengan kehidupan mereka.

3) Krisis keluhuran budaya

Kendati krisis nilai-nilai budaya menjadi problem serius bagi setiap lembaga pendidikan, setidaknya refleksi kritis atas terjadinya pergeseran paradigma (shifting paradigma) harus menjadi perhatian pihak terkait yang berkepentingan terhadap masa depan generasi muda. Pengaruh globalisasi bagi luntarnya nilai-nilai budaya bangsa merupakan bagian dari tantangan besar pendidikan untuk memantapkan pengetahuan tentang besar pendidikan untuk memantapkan pengetahuan tentang kearifan lokal yang tercipta dan termanifestasi dalam budaya bangsa.

Krisis nilai-nilai budaya menjadi problem akut dalam dunia pendidikan kita yang semakin jauh meninggalkan kebiasaan baik dan mencerminkan keadaban sebagai bangsa yang luhur. Kondisi ini membuat orientasi dan kebijakan yang bermartabat harus berbenah diri guna meluruskan cara pandang tentang pentingnya etika kebudayaan yang bermartabat dan bermoral.

4) Krisis keteladanan

Sekolah bukan hanya sekedar tempat menuntut ilmu, melainkan pula untuk menanamkan karakter kepada anak

didiknya. Pendidikan karakter menjadi penting ditanamkan mengingat orang yang berilmu tanpa karakter adalah sumber melapetakan dan kerusakan di negara kita. Maka dari itu sekolah perlu merancang format dan menerapkan pendidikan karakter supaya menghasilkan lulusan yang tidak hanya menjadi anak yang pintar, tetapi juga berintegritas tinggi, loyal, peduli terhadap sesama, hormat, taat aturan, dan bertanggung jawab.

Krisis keteladanan dalam dunia pendidikan merupakan problem yang cukup serius dalam membentuk karakter anak didik. Bagaimanapun, pendidikan sesungguhnya bertujuan untuk memerlukan contoh yang baik dalam menjalani kehidupan dan melaksanakan setiap aktivitas yang berkaitan dengan nilai-nilai moralitas dan agama sekalipun.¹⁷

5) Krisis psikologis

Krisis psikologis yang berkaitan dengan pendidikan adalah semakin banyak nya generasi muda yang berputus asa, bahkan berani melakukan tindakan yang di larang oleh suatu agama. Menurut Ali Syari'ati manusia moderen sangat sulit menjadi manusia sempurna karena mengabaikan agama, bahkan dalam beberapa hal telah merusak agama. Mereka hanya mendasarkan pengetahuannya pada aspek bendawi yang empirik dan rasional. Rasio bagi mereka telah melahirkan materialisme yang menjadi tuhan bagi dirinya sendiri.¹⁸

¹⁷ Mohamad Takdir Ilahi, *Gagalnya Pendidikan Karakter*, (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2014) h.27-59

¹⁸ Ali Syari'ati, *Islam Madzab Pemikiran dan Aksi*, terj. M.S Nasrullah, (Bandung, mizan 1992) h.12

Kehidupan masyarakat di era kehidupan moderen dan pasca-industrialisasi (tidak hanya di Indonesia) dalam bidang kecerdasan intelektual telah terjadi kemajuan yang sangat pesat. Namun, di bidang moral dan spiritual justru terjadi hal yang sebaliknya, yakni mengalami kemunduran dan krisis yang akut.

c. Bentuk-Bentuk Tindakan Bullying

Ada beberapa bentuk dan jenis perundungan yang dapat diklasifikasikan sebagai berikut:

1. Bullying Non Verbal¹⁹

Merupakan tindakan bullying yang kasat mata. Siapapun mampu secara sadar melihatnya karena terjadi sentuhan fisik antara pelaku dengan korban. Contoh bullying fisik antara lain, menampar, menimpuk, menginjak, memalak, meludahi, melempar, mencubit, menjebak dan lain sebagainya.

2. Bullying Verbal²⁰

Merupakan jenis bullying yang dapat terdeteksi dengan indra pendengaran. Secara umum jenis bullying ini dengan ucapan-ucapan yang menyakitkan. Seperti, menghina, memaki, menuduh, memfitnah, menyebar gosip, meledek.

3. Bullying Mental²¹

¹⁹ Yayasan Semai Jiwa Amini, *Bullying: Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitar Anak* (Jakarta: Grasindo, 2008),hal. 3.

²⁰ Vina Christina, “*Dampak Psikologis Korban Bullying*”, Skripsi, (Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata, 2011), hal.3.

Jenis atau bentuk inilah yang paling berbahaya karena tidak tertangkap dengan indra penglihatan maupun indra pendengaran. Pada praktiknya bullying ini terjadi dalam diam. Seperti, memandang seseorang dengan sinis, memandang penuh ancaman, mendiamkan, mengucilkan, mempermalukan di depan umum, mencibir, meneror lewat pesan pendek telepon genggam dan lain sebagainya.

4. Bullying Relasional

Jenis ini paling sulit dideteksi dari luar, penindasan relasional adalah pelemahan harga diri si korban penindasan secara sistematis melalui pengabdian, pengucilan atau penghindaran. Penghindaran adalah suatu tindakan penyingkiran, adalah alat penindasan yang terkuat. Anak yang digunjingkan mungkin akan tidak mendengar gosip itu, namun tetap akan mengalami efeknya.

Penindasan relasional dapat digunakan untuk mengasingkan atau menolak seorang teman atau secara sengaja ditujukan untuk merusak persahabatan. Perilaku ini dapat mencakup sikap-sikap tersembunyi seperti pandangan yang agresif, lirik mata, helaan napas, bahun yang bergidik, cibiran, tawa mengejek, dan bahasa tubuh yang kasar.

5. Cyber Bullying

²¹ Yayasan Semai Jiwa Amini, *Bullying: Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitar Anak* (Jakarta: Grasindo, 2008), hal.4.

Adalah bentuk bullying yang terbaru karena semakin berkembangnya teknologi, internet dan media sosial. Pada intinya adalah korban terus menerus mendapat pesan negative dari pelaku bullying baik dari sms, pesan di internet dan media sosial lainnya.²²

d. Ciri-Ciri Pelaku Bullying

Pelaku bullying telah memiliki peran dan pengaruh penting di kalangan teman-temannya di sekolah. Biasanya ia telah mempunyai sistem sendiri untuk menyelesaikan masalahnya di sekolah. Dapat dikatakan juga bahwa secara fisik para pelaku bullying tidak hanya didominasi oleh anak yang berbadan besar dan kuat, anak bertubuh kecil maupun sedang yang memiliki dominasi yang besar secara psikologis di kalangan teman-temannya juga dapat menjadi pelaku bullying. Alasan utama mengapa seseorang menjadi pelaku bullying adalah karena para pelaku bullying merasakan kepuasan tersendiri apabila ia “berkuasa” di kalangan teman sebayanya.²³

e. Ciri-Ciri Korban Bullying

- a. Pemalu, pendiam, penyendiri
- b. Bodoh atau dungu
- c. Mendadak menjadi penyendiri atau pendiam

²² Ela Zain Zakiyah. faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan *Bullying*. Jurnal Penelitian & PPM Vol.4, No:2, h.129-389 Juli 2017

²³ Andi Halimah, dkk., Persepsi pada Bystander terhadap Intensitas *Bullying* pada Siswa SMP, *Jurnal Psikologi* Vol.42 No.2, 2015, hal.131

d. Sering tidak masuk sekolah dengan alasan yang tidak jelas Berperilaku aneh atau tidak biasa (marah tanpa sebab, mencoret coret, dan lain-lain).²⁴

f. Faktor-faktor Bullying

“Bullying masalah tersembunyi dalam dunia pendidikan di Indonesia” di Jakarta tahun 2009, mengatakan bullying terjadi akibat faktor lingkungan keluarga, sekolah, media massa, budaya dan peer group. Bullying juga muncul oleh adanya pengaruh situasi politik dan ekonomi yang koruptif.²⁵

a. Keluarga

Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap orang tua yang terlalu berlebihan dalam melindungi anaknya, membuat mereka rentan terkena bullying.²⁶ Pola hidup orang tua yang berantakan, terjadinya perceraian orang tua, orang tua yang tidak stabil perasaan dan pikirannya, orang tua yang saling mencaci maki, menghina, bertengkar dihadapan anak-anaknya, bermusuhan dan tidak pernah akur, memicu terjadinya depresi dan stress bagi anak. Seorang remaja yang tumbuh dalam keluarga yang menerapkan pola komunikasi negatif seperti sarcasm (sindirian tajam) akan cenderung meniru kebiasaan tersebut dalam kesehariannya. Bentuk komunikasi negatif seperti ini

²⁴ Ponny Retno Astuti, *Meredam Bullying: 3 Cara Efektif Menganggulangi Kekerasan pada Anak* (Jakarta: PT. Grasindo, anggota IKAPI, 2018). hal. 55.

²⁵ Ponny Retno Astuti, *Meredam Bullying: 3 Cara Efektif Mengatasi Kekerasan Pada Anak*, hal. 50

²⁶ Masdin, Fenomena *Bullying* dalam Pendidikan, *Jurnal Al-Ta'dib* Vol. 6 No. 2, 2013, hal. 79

terbawa dalam pergaulannya sehari-hari, akibatnya remaja akan dengan mudahnya berkata sindiran yang tajam disertai dengan kata-kata kotor dan kasar. Hal ini yang dapat memicu anak menjadi pribadi yang terbelah dan berperilaku bully, sebab anak dan remaja tersebut terbiasa berada di lingkungan keluarga yang kasar.

b. sekolah

Pada dasarnya sekolah menjadi tempat untuk menumbuhkan akhlak terpuji dan berbudi pekerti yang baik. Namun, sekolah bisa menjadi tempat yang berbahaya pula karena sekolah tempat berkumpulnya para peserta didik dari berbagai macam karakter. Seperti yang kita ketahui bersama, biasanya bullying antar peserta didik terjadi di sekolah, baik itu di dalam maupun di luar sekolah. Hal ini dapat terjadi secara turun menurun karena beberapa alasan. Menurut Setiawati (seperti dikutip dari Usman), kecenderungan pihak sekolah yang sering mengabaikan keberadaan bullying menjadikan siswa yang menjadi pelaku bullying semakin mendapatkan penguatan terhadap perilaku tersebut. Selain itu, bullying dapat terjadi di sekolah jika pengawasan dan bimbingan etika dari para guru rendah, sekolah dengan kedisiplinan yang sangat kaku, bimbingan yang tidak layak dan peraturan yang tidak konsisten.²⁷ Dalam penelitian oleh Adair, 79% kasus bullying di sekolah tidak dilaporkan ke guru atau orang tua.

²⁷ Levianti, Konformitas dan *Bullying* pada Siswa, *Jurnal Psikologi* Vol. 6 No. 1, 2008, hal. 6

Siswa cenderung untuk menutup-nutupi hal ini dan menyelesaikannya dengan teman sepermainannya di sekolah untuk mencerminkan kemandirian.

c. Sosial Media

Saripah mengutip sebuah survey yang dilakukan Kompas (seperti yang dikutip dari Masdin) yang memperlihatkan bahwa 56,9% anak meniru adegan-adegan film yang ditontonnya, umumnya mereka meniru gerakannya (64%) dan kata-katanya (43%). Di Indonesia sendiri pernah terjadi kasus bullying yang disebabkan oleh tayangan sinetron televisi yang mengangkat kisah tentang kebrutalan, kekerasan dan perkelahian yang secara tidak langsung memberikan dampak buruk bagi masyarakat terutama remaja dan anak-anak yang masih duduk di bangku sekolah.²⁸ Hal ini dapat menciptakan perilaku anak yang keras dan kasar yang selanjutnya memicu terjadi bullying yang dilakukan oleh anak-anak terhadap teman-temannya di sekolah.

d. Budaya

Budaya dan lingkungan sosial dapat menyebabkan timbulnya perilaku bullying. Faktor kriminal budaya menjadi salah satu penyebab munculnya perilaku bullying. Suasana politik yang kacau, perekonomian yang tidak menentu, prasangka dan diskriminasi, dan konflik dalam

²⁸ Levianti, Konformitas dan *Bullying* pada Siswa, *Jurnal Psikologi* Vol. 6 No. 1, 2008, hal. 6

masyarakat, hal ini dapat mendorong anak-anak dan remaja menjadi seorang yang depresi, stress, arogan dan kasar.

g. Dampak Bullying

Dampak perilaku bullying sangat mempengaruhi psikologi anak, banyak anak depresi dan bahkan ada anak yang ingin bunuh diri karena sering dibulli. Faktor lain adalah faktor eksternal yang berasal dari dukungan sosial yang diterima dari individu sekitar lingkungan, pendidikan, serta kebudayaan. Salah satu dampak dari bullying adalah menurunkan kecerdasan dan kemampuan analisis siswa yang menjadi korban, bahkan sampai berusaha bunuh diri. Bullying juga berhubungan dengan meningkatnya tingkat depresi, agresif, penurunan nilai-nilai akademik dan tindakan bunuh diri.

Kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial juga muncul pada diri korban. Mereka ingin pindah ke sekolah lain atau keluar dari sekolah itu dan walaupun mereka masih ada di sekolah itu, mereka biasanya terganggu prestasi akademisnya atau sering sengaja tidak masuk sekolah.

Dampak bullying sangat berbahaya bagi murid, setiap anak yang mengalami korban bully akan merasa kesulitan dalam berteman dan belajar di sekolah, jika dibiarkan maka anak korban bullying akan mendapatkan masalah pada dirinya, seperti: cenderung sakit kepala karena terus memikirkan hal-hal yang terjadi pada dirinya sehingga pada ujungnya membuat siswa tersebut depresi, jika tidak mampu mengatasi

dirinya dalam lingkungan maka anak tersebut akan melarikan diri dari rumah.²⁹

h. Cara Mengatasi Bullying

Untuk mengurangi atau pencegahan agar tidak menjadi sasaran tindakan bullying.³⁰ Pertama, bantulah anak kecil dan remaja menumbuhkan self-estem (harga diri) yang baik. Anak per-self estem baik akan bersikap dan berpikir positif, menghargai dirinya sendiri, menghargai orang lain, percaya diri, optimis, dan berani mengatakan haknya. Kedua, mempunyai banyak teman, bergabung dengan group berkegiatan positif atau berteman dengan siswa yang sendirian. Ketiga, kembangkan keterampilan sosial untuk menghadapi bullying, baik sebagai sasaran atau sebagai saksi, dan bagaimana cara bantuan jika mendapat perlakuan bullying.

Para siswa perlu memahami bahwa pelaku bullying (Bully) biasanya ingin melihat targetnya majasi emosi. Jadi, sangat penting untuk bersikap tetap tenang dan jangan membuat bully senang karena bisa membuat korbannya marah. Di bawah ini bagaimana sikap menghadapi bully dari perspektif tindakan siswa.

1. Periksalah bagaimana cara bersikap
2. Bergabunglah dengan grup atau bertemanlah dengan siswa yang sendirian.

²⁹ Eli Wardiati 2018, Pengaruh Bullying Terhadap Moralitas Siswa Pada SMP Negeri 1 Darul Hikmah Kabupaten Aceh Jaya. Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh. h.25-261

³⁰ Novan Ardy Wiyani. *Save our Children From School Bullying*, hal. 58

3. Hindari pelaku bullying
4. Jangan melawan atau marah sehingga membuat situasi menjadi semakin buruk.
5. Jangan memberi pelaku bullying kekuasaan untuk mengatur korban
6. Jangan berdiam diri jika menyaksikan orang lain medapatkan perlakuan bullying

C. Konsep Trauma

Trauma merupakan suatu kejadian fisik atau emosional serius yang menyebabkan kerusakan substansial terhadap psikologis seseorang dalam rentang waktu yang relatif lama.³¹ Trauma menurut Kartini Kartono dalam bukunya yang berjudul *Hygiene Mental* memberi pengertian bahwatrauma adalah luka jiwa yang dialami seseorang, disebabkan oleh suatu pengalaman yang sangat menyudutkan atau melukai jiwanya. Menurut Sudarsono dalam *Kamus Konseling* memberikan pengertian bahwa trauma adalah pengalaman yang tiba-tiba mengejutkan yang meninggalkan kesan yang mendalam pada jiwa seseorang, sehingga dapat merusak fisik maupun psikologisnya, dan dengan pengalaman-pengalaman traumatis tersebut dapat membentuk sifat pribadi seseorang, yang ditandai dengan tidak percaya diri, dengan menghindari hal-hal yang menurutnya akan terulang kembali.³²

³¹ Weaver, dkk, *Counseling Survivor of Traumatic Events: A Handbook For Pastor and Other Helping Professiona*, (Avenue South: Abingdon Press, 2003), hal. 56.

³² M. Noor. Hs., *Himpunan Istilah Psikologi* (Jakarta : Pedoman Ilmu Jaya, 1997). Hlm 164

Trauma mempengaruhi ingatan seseorang sehingga orang yang mengalami trauma selalu teringat kejadian yang dia alami. Trauma muncul sebagai akibat dari saling keterkaitan antara ingatan sosial dan ingatan pribadi tentang peristiwa yang mengguncang eksistensi kejiwaan. Menurut Salim, trauma adalah menghadapi atau merasakan sebuah kejadian atau serangkaian kejadian yang berbahaya, baik bagi fisik maupun psikologi seseorang yang membuatnya tidak lagi merasa aman, menjadikan merasa tidak berdaya dalam menghadapi bahaya. Disamping itu, trauma adalah suatu kondisi emosional yang berkembang setelah suatu peristiwa yang menyedihkan, menakutkan, mencemaskan membuat batin tertekan.³³

1. Jenis-Jenis dan Ciri-Ciri Trauma

Kasus trauma secara umum diidentifikasi oleh Achmanto Mendatu menjadi tiga jenis, di antaranya: trauma fisik, trauma post-cult, trauma psikologis. Beberapa pakar psikologi atau psikiater merumuskan beberapa keadaan sebagai tolak ukur untuk mengidentifikasi seseorang dalam kondisi menderita trauma, yaitu sebagai berikut:

- a. Terdapat stress berat yang akan menimbulkan gejala penderitaan yang berarti bagi hampir setiap orang.
- b. Penghayatan yang berulang dari trauma itu sendiri seperti:
 - a) Ingatan berulang dan menonjol tentang peristiwa itu.
 - b) Mimpi- mimpi berulang dari peristiwa itu.

³³ D. Kinchin, *A Guide To Psychological Debriefing*, (London: Jessica Kingsley Publishers, 2007), hal. 235.

- c) Timbulnya secara tiba-tiba perilaku atau perasaan seolah-olah peristiwa trauma itu sedang timbul kembali karena berkaitan dengan suatu gagasan atau stimulus atau rangsangan lingkungan.
- c. Penumpukan respon terhadap atau berkurangnya hubungan dengan dunia luar yang mulai beberapa waktu sesudah trauma, yaitu:
- a) Berkurangnya secara jelas minat terhadap satu atau lebih aktivitas yang cukup berarti.
 - b) Perasaan terlepas atau terasing dari orang lain.
 - c) Efek (alam perasaan) yang menyempit atau efek depresif seperti murung, sedih putus asa.
- d. Kewaspadaan atau reaksi terkejut berlebihan.
- e. Gangguan tidur (disertai mimpi dan gangguan menggelisah).
- f. Daya ingat atau kesukaran konsentrasi.
- g. Penghindaran diri dari aktivitas yang membangkitkan ingatan tentang peristiwa trauma itu.³⁴

2. Faktor Trauma

1. Faktor Internal berupa fisik dan psikologis merupakan sesuatu yang saling berhubungan dan mempengaruhi satu sama lain. Sistem keduanya merupakan serangkaian hubungan internal dari struktur otak yang berbentuk sirkuit dan mempunyai fungsi utama dalam motivasi dan emosi.
2. Faktor Eksternal, menurut Boulware tentang Post-Traumatic Stress Disorder dapat terjadi setelah peristiwa traumatik yang

³⁴ Wiwik Sulistyaningsih, *Mengatasi Trauma Psikologis Upaya Memulihkan Trauma Akibat Konflik dan Kekerasan*, (Yogyakarta: Paradigma Indonesia, 2009), hal. 25-26.

besar, baik secara emosional maupun fisik. Sehingga faktor eksternal yang mempengaruhi kecenderungan Post-Traumatic Stress Disorder adalah tingkat keseriusan stresor. Tingkat keseriusan stresor pada dasarnya adalah subjektivitas individu yang mengalaminya. Namun sering kali tingkat keseriusan stresor dipandang seberapa jauh sebuah kasus atau kejadian dapat membuat banyak orang trauma dan mengalami stres.

3. Penyebab Terjadinya Trauma

Menurut Kartini Kartono sebab-sebab trauma adalah pernah mengalami ketakutan hebat yang ditekan dalam ketidaksadaran, dan suatu saat jika orang yang bersangkutan mengalami stimulus yang sama akan timbul kemudian respon ketakutan yang sama walaupun ada usaha-usaha untuk menekan dan melenyapkan respon-respon tersebut. Disamping faktor peristiwa, hal yang memicu munculnya gangguan stres paska kejadian traumatik adalah ketidakberdayaan individu. Seseorang yang tidak memiliki keterampilan bagaimana cara bertindak untuk membela diri akan cenderung mudah mengalami trauma.

Keadaan mental dan fisik individu sebelum terjadinya peristiwa traumatik juga turut berperan, jika kesehatan mental dan fisik individu kurang bagus maka trauma akan mengendap terus dalam dirinya. Begitu juga mekanisme pertahanan masing-masing individu sangatlah menentukan, bila pertahanan mentalnya kuat maka peristiwa traumatik tidak akan berpengaruh namun apabila mekanisme pertahanan mental individu lemah maka

peristiwa itu bisa menjadi peristiwa yang mengerikan dalam dirinya.³⁵

4. Reaksi yang Ditimbulkan oleh Trauma

Menurut Achmanto ada beberapa tindakan yang muncul sebagai reaksi dari kondisi trauma seseorang dengan melihat beberapa aspek, di antaranya aspek emosional, kognitif dan behavioral, diantaranya:

- a. Respon emosional; (a) kesulitan mengontrol emosi, lebih mudah tersinggung, marah, gampang diagitasi dan dipanas-panasi; (b) mood gampang berubah, dari baik keburuk dan sebaliknya terjadi begitu cepat; (c) cemas, gugup, sedih, berduka, dan depresi, takut, khawatir kejadian akan terulang; dan (d) memberikan respon emosional yang tidak sesuai.
- b. Respon kognitif; (a) sering mengalami flasback, atau mengingat kembali kejadian traumatiknya. Saat mengalaminya, seolah-olah kejadiannya dialami kembali secara nyata; (b) kesulitan berkomunikasi, mengambil keputusan, dan memecahkan masalah; (c) kesulitan mengingat dan memaksa melupakan kejadian; (d) menyalahkan diri sendiri; (e) merasa sendirian dan sepi, mudah bingung; (f) merasa kehilangan harapan akan masa depan; (g) merasa lemah takberdaya; dan (h) kehilangan minat serta aktivitas yang bisa dilakukan.
- c. Respon behavior; (a) kesulitan mengontrol tindakan; (b) menghindari orang, tempat, atau sesuatu yang berhubungan

³⁵ Andi suyanto."Konseling individu untuk mengatasi trauma".(Skripsi,Fakultas Ushuludin an Dakwah UIN Surakarta) hlm. 36

dengan peristiwa traumatik, dan enggan membicarakannya; (c) kurang memperhatikan diri sendiri; (d) kesulitan melakukan aktifitas sehari-hari; (e) sering menangis tiba-tiba; (f) sulit belajar atau berkerja; (g) mengalami gangguan tidur, dan sering melamun; (h) mengalami gangguan makan (kehilangan selera makan); dan (i) gampang terkejut dan reaksi prilaku yang tidak menentu.³⁶

5. Metode dalam Pemulihan Trauma

Dalam pemulihan bisa dilakukan dengan beberapa cara pendekatan seperti: konseling, pendampingan, dan terapi. Menurut Umriana konseling merupakan kegiatan mewawancarai klien yang dilakukan oleh konselor dalam membantu menemukan solusi untuk menyelesaikan permasalahan.³⁷ Konseling dalam penanganan pemulihan trauma bisa dilakukan secara individu (konseling individual) dan konseling secara kelompok (konseling kelompok) disesuaikan dengan kebutuhan setiap individu. Konseling individual mengutamakan kenyamanan dan privasi klien dalam mengungkapkan perasaan atas pengalaman yang dialami. Sedangkan konseling kelompok bisa dilakukan ketika klien mengalami perubahan yang lebih positif dimana tujuannya

³⁶ Achmanto Mendatu, Pemulihan Trauma, (Yogyakarta: Panduan, 2010), hal. 28-33.

³⁷ Anila Umriana, Pengantar Konseling: Penerapan Keterampilan Konseling Dengan Pendekatan Islam, (Semarang: CV Abadi Jaya, 2015), hlm.2-3

supaya klien mamapu kembali bersosialisasi dengan orang lain dan masyarakat.³⁸

Pendampingan merupakan suatu kegiatan yang bertujuan untuk mendukung, membimbing dan membantu individu dalam mengembangkan dan memberdayakan dirinya, sehingga memiliki kemampuan untuk menolong dan memutuskan kebutuhan dirinya sendiri. Dimana pendamping memiliki peran sebagai pembela, fasilitator, pelindung, penjangkauan, motivator, penggerak, dan mediator.³⁹ Pendampingan Menurut Riyadi dilakukan oleh seorang yang berkompeten dibidangnya dengan tujuan seseorang yang menerima bantuan mampu mengembangkan potensi diri dan mampu menyelesaikan permasalahannya secara mandiri.⁴⁰

Dalam proses pemulihan trauma Individu membutuhkan dukungan, pengawasan dan bantuan dari orang lain yang bisa menjadi teman untuk tempat berbagi cerita atas pengalaman traumatik yang dialami yaitu pendamping melalui layanan pendampingan psikososial (gabungan secara psikologis dan sosial).⁴¹ Sebagai seorang pendamping dengan beberapa peran

³⁸ Ali Murtadho & Muhammad Taufik Hilmawan, Psychological impact and the effort of da'i handling victims of sexual violence in adolescents, Jurnal Ilmu Dakwah – Vol. 42 No. 1 (2022), hlm.32

³⁹ Ressa Ria Lestari, dkk, Buku Panduan Pendampingan Dasar Kasus Kekerasan Terhadap Perempuan, (Bandung: Lembaga Bantuan Hukum (LBH) Bandung Didukung Oleh USAID and The Asia Foundation, 2021), Hlm 36 & 31

⁴⁰ Agus Riyadi & Hendri Hermawan Adinugraha, The Islamic counseling construction in da'wah science structure, Journal of Advanced Guidance and Counseling Vol. 2No. 1 (2021), 11- 38, DOI: <https://doi.org/10.21580/jagc.2021.2.1.6543> hlm. 25

⁴¹ Soib Tiara & Mutia Rahmi Pratiwi, Proses Pendampingan Melalui Komunikasi Teurapetik Sebagai Upaya Pemulihan Psikologis Korban Perkosaan, Jurnal An-Nida, Vol. 10, No. 2, JuliDesember 2018, hlm. 191

yang ada, perlu kemampuan menguasai pengetahuan terhadap setiap peran dan tugasnya. Selain tenaga ahli, pendampingan oleh orangtua atau keluarga juga memiliki peran penting. Dimana pendampingan berupa dukungan dan bimbingan kepada anak untuk melalui proses pemulihan dan kesehariannya untuk menjadi individu yang lebih positif dan lebih memahami ajaran agamanya. Terapi merupakan suatu proses pengobatan atau penyembuhan sakit fisik, psikis maupun sosial yang sedang dialami seseorang dilakukan oleh tenaga ahli.⁴² Diantara ketiga pendekatan bisa dilakukan bersamaan dalam proses pemulihan oleh psikolog atau guru karena saling keterkaitan satu sama lain. metode terapi dalam pemulihan trauma pada anak menyesuaikan kondisi dan kebutuhan setiap anak. Banyak metode terapi yang bisa digunakan, namun yang sering digunakan oleh profesi nonmedis antarlain: Psikoedukasi, CBT(*Cognitive Behavioral Therapy*), *family therapy*, dan *play therapy*.⁴³

a. Psikoedukasi

Merupakan metode pemberian pendidikan Informasi dan pelatihan yang bermanfaat untuk mengubah pemahaman kondisi mental atau psikis individu.⁴⁴ Proses pemulihan pada anak yang mengalami trauma perlu

⁴² Sattu Alang. Manajemen Terapi Islam Dan Prosedur Pelayanannya, Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam Volume 7, Nomor 1 Mei 2020, Hlm.77

⁴³ Irwanto & Hani Kumala, Memahami Trauma Dengan Perhatian Khusus Pada Masa Kanak-kanak,(Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2022)hlm.65

⁴⁴ Andy Surya Putra dkk, Pengaruh Intervensi Psikoedukasi Untuk Meningkatkan Achievement Goal Pada Kelompok Siswi Underachiever, Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni, Vol. 2, No. 1, April 2018: hlm 256

dilakukan psikoedukasi terhadap anak dan keluarganya. Keluarga harus paham dan tahu baik gejala-gejala maupun perubahan-perubahan yang ditunjukkan pada kondisi anaknya, karena keluarga merupakan lingkungan terdekat yang akan membantu mengatasi dan mendukung proses pemulihan trauma anak.

b. Play therapy

Play therapy atau terapi bermain menurut Bratton & Landreth dalam Palmer & Pratt merupakan model terapi yang menggunakan permainan untuk membantu bagaimana cara anak mengatasi masalah dan mengubah emosi negatif anak.⁴⁵ Diusia anak 0-6 tahun masa sedang senang-senanginya bermain. Terapi bermain ini salah satu alternatif yang efektif dalam menangani emosi negatif, dan masalah yang dihadapi anak, karena bermain suatu hal yang membuat mereka bahagia dan semangat. Melalui terapi bermain anak akan mengungkapkan perasaan yang dialami dan pikiran yang mengganggu dalam ranah bermain anak.⁴⁶

c. Family therapy

Terapi keluarga menurut Asti Meiza dkk, merupakan terapi yang melibatkan terapis dan keluarga dalam

⁴⁵ Elizabeth N. Palmer, Keeley J. Pratt, dan Jacqueline Goodway, A Review of Play Therapy Interventions for Chronic Illness: Applications to Childhood Obesity Prevention and Treatment, The Ohio State University, International Journal of Play Therapy: Association for Play Therapy 2017, Vol. 26, No. 3, hal.127

⁴⁶ Ulin Nihayah, dkk, Play Therapy Bagi Anak Korban Child Abuse Psikis, Nosipakabelo: Jurnal Bimbingan Konseling Vol. 2, No. 2, Desember 2021, hlm.6

membantu masalah keluarga dengan memfokuskan, memperkuat hubungan sistem, fungsi dan tujuan keluarga.⁴⁷ Suatu permasalahan yang terjadi disetiap individu banyak beberapa faktor yang bisa mempengaruhi dan membantu memecahkan masalah, salah satunya dukungan keluarga. Karena keluarga merupakan memiliki keterkaitan orang dan lingkungan sosial paling terdekat dengan individu. Tujuan terapi ini dengan melibatkan keluarga akan memberikan pengalaman kepada keluarga untuk menumbuhkan kehangatan dan mengembalikan komunikasi, emosional, kesadaran terhadap peran masing-masing, bahkan perilaku yang lebih positif pada setiap anggota keluarga.⁴⁸

d. CBT(Cognitive Behavioral Therapy)

Menurut Back dalam Faradillah & Amriana bahwa Cognitive Behavior Therapy atau CBT merupakan gabungan antara terapi kognisi dengan terapi perilaku. Dimana pendekatannya berfokus pada akal (kognisi) dalam mengubah pola pikir dan perilaku negative atau irasioanal menjadi perilaku yang lebih rasional dan positif.⁴⁹ Terapi

⁴⁷ Asti Meiza, dkk, Quantitative Profile of Family Acceptance of Children Special Need's Moslem Parents (Case Study at Rumah Terapi Aura), *The American Journal of Family Therapy*, Volume 47, 2019, Issue 4, hal. 9

⁴⁸ Widayat Mintarsih, Peran Terapi Keluarga Eksperiensial Dalam Konseling Anak Untuk Mengelola Emosi, *Jurnal SAWWA – Volume 8*, Nomor 2, April 2013, hlm.229

⁴⁹ Siska Septia Faradillah & Amriana, Cognitive-Behavioral Therapy dengan Teknik Thought Stopping untuk Menangani Trauma Psikologis Mahasiswa yang Mengalami Broken Home, *Prophetic*:

CBT ini membantu klien menghadapi, memahami dan menyelesaikan masalah dengan merubah cara berfikir dan menentukan perilaku yang lebih positif.

Berdasarkan uraian metode pemulihan trauma diatas dapat disimpulkan bahwa dari pendekatan konseling, terapi, bahkan intervensi psikososial melalui pendampingan psikososial. Penggunaan metode disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi klien. Namun dari keempat metode yang telah dijelaskan, itulah metode yang sering digunakan dan diterapkan untuk membantu pemulihan trauma pada anak korban bullying.

6. Tahapan Pemulihan Trauma

Lembaga penyelenggara pemulihan bidang pengada layanan psikososial dan rehabilitasi sosial dalam Naskah Akademik Rancangan Undang-Undang Penghapusan Kekerasan Seksual, meliputi antara lain lembaga yang menyediakan shelter, layanan konseling, pendampingan rohani, pendampingan dan pemberdayaan keluarga dan komunitas, reintegrasi sosial dan pemulangan.⁵⁰ Pemulihan dilakukan sejak awal adanya kasus maka tahapannya sama dengan penanganan kasus pada umumnya hanya saja metode dan terapinya dibedakan. Ada beberapa

tahapan proses penanganan pemulihan menurut Gintings dkk, diantaranya sebagai berikut⁵¹:

- a. Identifikasi masalah: Proses awal atau proses pertama dimana untuk membangun kepercayaan terhadap klien dan menentukan kesepakatan bersama atau tidak untuk melanjutkan proses pemulihan.
- b. Asesmen: Setiap klien memiliki karakteristik dan pengalaman traumatis yang berbeda-beda, maka treatmentnya tidak bisa disamaratakan, sehingga perlu asesmen kebutuhan psikologi dan sosial klien untuk mengetahui informasi kehidupan dan masalah klien. Sehingga sebelum dilaksanakannya penanganan, diawal adanya pelaporan perlu lebih dahulu dilakukan evaluasi psikologis dan sosial pada anak. Evaluasi ini dilakukan untuk memahami kepribadian, latar belakang anak, trauma yang dialami, dampak trauma, lingkungan, sejarah pengalaman traumatis pada anak, dan lain-lain
- c. Perencanaan pemulihan: Proses perencanaan merupakan proses setelah adanya asesmen, dimana menguraikan dan mengelompokkan hasil asesmen, dengan mendiskusikan langkah, metode, monitoring evaluasi dan menyepakati tujuan yang ingin dicapai.
- d. Pelaksanaan pemulihan: Proses penerapan perencanaan yang sudah dirancang sebelumnya sesuai dengan hasil asesmen. Tahap ini merupakan kegiatan untuk mendorong perubahan yang lebih pemikiran dan perilaku yang lebih realistis,

⁵¹ Valentina Gintings, dkk, Panduan Penanganan Kasus Anak Multidisiplin Yang Berpusat Pada Anak, (Jakarta: Kemenppa 2019), hal 69-78

meningkatkan kepercayaan diri dan menumbuhkan kesadaran pada klien, keluarga, komunitas atau masyarakat.

- e. Monitoring dan evaluasi: Tahapan ini untuk mengetahui keberhasilan dari pelaksanaan pemulihan, melakukan penilaian, memantau perkembangan klien, dan penyampaian untuk melakukan keputusan atau mengakhiri layanan-layanan dalam pemulihan.
- f. Terminasi: Proses terakhir untuk mengakhiri keseluruhan proses pemulihan yang sudah dilaksanakan.

Berdasarkan uraian tahapan pemulihan trauma dapat disimpulkan bahwa tahapan pemulihan trauma ada dua yaitu secara internal dan eksternal. Tahap pemulihan secara eksternal yaitu tahapan dari luar diri individu atau tahapan secara proses pelaksanaan pemulihan yang dilakukan oleh orang lain untuk individu yang mengalami trauma seperti identifikasi masalah, asamen, perencanaan, pelaksanaan, evaluasi dan monitoring, dan terminasi atau penutupan. Dimana tahapan pemulihan secara internal yaitu pemulihan dari dalam diri individu seperti tahap penyangkalan, tahap kemarahan, tahap penawaran, tahap depresi dan tahap penerimaan.

D. Penelitian Terdahulu

Penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa acuan hasil penelitian dari peneliti-peneliti terdahulu. Hal ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan dan persamaan penelitian ini dengan penelitian-penelitian terdahulu serta untuk meyakinkan bahwa penelitian ini belum pernah dilakukan sebelumnya.

- 1) Pertama, hasil penelitian dan pengolahan data yang pernah dilakukan oleh Nadia Dewi di kelas IV dan V SD Negeri Unggul Lampeuneurut Aceh Besar dalam penelitiannya yang berjudul “Perilaku Bullying yang Terjadi Di SD Negeri Unggul Lampeuneurut Aceh Besar”.⁵² Dari hasil penelitiannya dapat diketahui bahwa sebagian besar siswa pernah melakukan penindasan (bullying) dalam bentuk fisik maupun nonfisik. Rata-rata dari mereka pernah menjadi korban dan sebagai pelaku, tempat untuk mereka melakukan hal tersebut tidak hanya di kelas, akan tetapi mereka melakukannya di luar kelas. Tidak sedikit dari siswa menjadikan bullying sebagai hal biasa yang boleh mereka lakukan. Penelitian yang dilakukan oleh Nadia Dewi hampir sama dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, yaitu sama-sama mengkaji tentang perundungan (bullying). Akan tetapi, ada perbedaan dalam penelitian ini. Penelitian Nadia Dewi hanya membahas tentang perilaku perundungan (bullying) siswa yang terjadi di SD Negeri Unggul Lampeuneurut Aceh Besar, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti lebih difokuskan pada upaya sekolah memulihkan trauma anak korban bullying.
- 2) Penelitian yang ditulis oleh Femi Apriasti dengan judul “Proses Memaafkan Pada Korban Bullying Studi Kasus Pada Remaja di Bantul Yogyakarta”.⁵³ Dari hasil penelitian yang

⁵² Nadia Dewi, *Perilaku Bullying Yang Terjadi Di SD Negeri Unggul Lampeuneurut Aceh Besar*, (Banda Aceh : Universitas Syiah Kuala, 2016) hal.41.

⁵³ Femi Apriasti, *Proses Memaafkan Pada Korban Bullying Studi Kasus Pada Remaja di Bantul Yogyakarta*, (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2015) hal.101-102.

ditulis oleh Femi Apriasti, dapat diketahui bahwa kasus bullying yang terjadi karena korban bullying memiliki kekurangan fisik sehingga dibully. Korban mendapatkan kata-kata kasar dari pelaku, mendapatkan kekerasan fisik serta dikucilkan di dalam kelas. Proses memaafkan terjadi karena ada beberapa faktor pendorong yang melatarbelakangi korban untuk memaafkan yaitu dalam agama yang dianut korban. Korban mempercayai jika perbuatan membenci tidak pantas dilakukan. Faktor lainnya yaitu atas dorongan orang tuanya untuk memaafkan teman-temannya yang telah mem-bully korban. Penelitian yang dilakukan oleh Femi Apriasti hampir sama dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, yaitu sama-sama mengkaji tentang perundungan (bullying). Akan tetapi, ada perbedaan dalam penelitian ini. Penelitian Femi Apriasti membahas tentang proses korban memaafkan pelaku bullying pada remaja di Bantul Yogyakarta, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti lebih difokuskan upaya sekolah memulihkan trauma anak korban bullying.

- 3) Penelitian yang ditulis oleh Sri Handayani yang berjudul “Upaya Guru Dalam Menangani Perilaku Kenakalan Siswa di SD Muhammadiyah 15 Surakarta Tahun Ajaran 2016/2017”.⁵⁴ Dalam hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa ada 3 upaya yang dilakukan guru untuk menangani perilaku kenakalan siswa, yaitu pertama, upaya preventif seperti memberikan nasihat kepada semua siswa saat jam pelajaran. Kedua, upaya

⁵⁴ Sri Handayani, *Upaya Guru Dalam Menangani Perilaku Kenakalan Siswa di SD Muhammadiyah 15 Surakarta Tahun Ajaran 2016/2017*, (Surakarta: UNMUH Surakarta, 2017)hal. 8-9.

korektif, seperti mengontrol perilaku siswa, mengecek kondisi siswa, komunikasi dengan orang tua, dan melakukan pendekatan secara individu. Ketiga upaya pembinaan, seperti memberikan nasihat kepada siswa yang melakukan kenakalan. Penelitian Sri Handayani membahas tentang upaya guru dalam menangani perilaku kenakalan siswa, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti lebih difokuskan pada upaya sekolah memulihkan trauma anak korban bullying.

- 4) Penelitian yang ditulis oleh Yetty Yulianda Sari yang berjudul “Upaya Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Menanggulangi Kenakalan Siswa di SMP N 02 Banjar Baru Tulang Bawang”.⁵⁵ Dari hasil penelitian yang ditulis oleh Yetty Yulianda Sari dapat diketahui upaya yang dilakukan oleh guru untuk mengurangi kenakalan siswa adalah memeberikan pengarahan pada siswa dengan cara memberi motivasi dan membiasakan siswa untuk membaca doa belajar dan surat pendek sebelum belajar. Semua guru memberikan bimbingan dan pengarahan bagi peserta didiknya. Program bimbingan di kantor atau mempunyai waktu sendiri ketika masalah yang dihadapi menyangkut urusan pribadi. Selain itu, guru menggunakan hukuman yang mendidik seperti menulis ayat-ayat Al-Qur’an. Ada perbedaan dalam penelitian ini. Penelitian Yetty Yulianda Sari membahas tentang upaya guru dalam menangani perilaku kenakalan siswa, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti lebih difokuskan pada

⁵⁵ Yetty Yulianda Sari, *Upaya Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Menanggulangi Kenakalan Siswa di SMP N 02 Banjar Baru Tulang Bawang*, (Lampung: UIN Raden Intan, 2018),hal. 55-58.

upaya upaya sekolah memulihkan trauma anak korban bullying

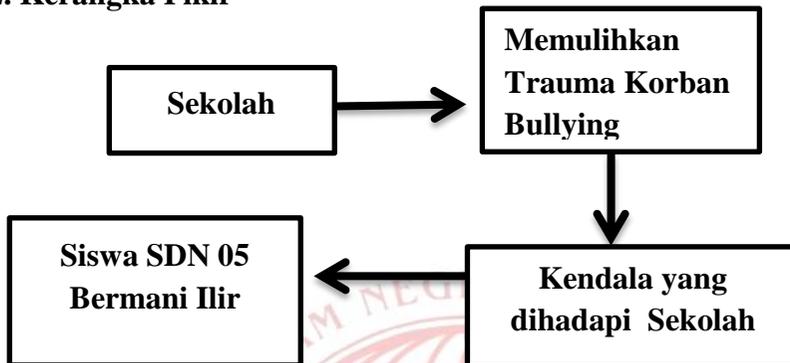
Berdasarkan telaah hasil penelitian terdahulu di atas, penelitian yang akan peneliti lakukan berbeda dengan penelitian-penelitian terdahulu. Penelitian yang akan peneliti lakukan adalah upaya sekolah memulihkan trauma anak korban bullying di SDN 05 Bermani Ilir Kab.Kepahiang.

No	Penelitian Terdahulu	Persamaan	Perbedaan
1.	Nadia Dewi, 2016, Perilaku Bullying yang Terjadi Di SD Negeri Unggul Lampeuneurut Aceh Besar, Universitas Syiah Kuala	Mengkaji tentang perundungan (bullying)	Penelitian Nadia Dewi hanya membahas tentang perilaku perundungan (bullying) siswa yang terjadi di SD Negeri Unggul Lampeuneurut Aceh Besar, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti lebih difokuskan pada upaya pihak sekolah dalam mengembalikan traumatis anak korban perundungan

2.	Femi Apriasti, 2015, Proses Memaafkan Pada Korban Bullying Studi Kasus Pada Remaja di Bantul Yogyakarta, UIN Sunan Kalijaga.	mengkaji tentang perundungan (bullying)	Penelitian Femi Apriasti membahas tentang proses korban memaafkan pelaku bullying pada remaja di Bantul Yogyakarta, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti lebih difokuskan pada upaya sekolah memulihkan trauma anak korban bullying
3.	Sri Handayani, 2017, Upaya Guru Dalam Menangani Perilaku Kenakalan Siswa di SD Muhammadiyah 15 Surakarta Tahun Ajaran 2016/2017, UNMUH Surakarta.	Membahas tentang upaya guru/sekolah.	Penelitian Sri Handayani membahas tentang upaya guru dalam menangani perilaku kenakalan siswa, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti lebih difokuskan pada upaya sekolah memulihkan trauma anak korban bullying. Kita tahu bahwa kenakalan dan bullying jelas berbeda.

			<p>Kenakalan siswa belum tentu merugikan siswa lain, misalnya membolos sekolah, berpakaian tidak rapi, dan lain sebagainya. Sedangkan bullying sudah pasti merugikan siswa lainnya karena siswa di runding, misalnya dipukul, diancam, dan lain sebagainya</p>
4.	<p>Yetty Yulianda Sari, 2018, Upaya Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Menanggulangi Kenakalan Siswa di SMP N 02 Banjar Baru Tulang Bawang, UIN Raden Intan.</p>	<p>Membahas tentang upaya guru/pihak sekolah.</p>	<p>Penelitian Yetty Yulianda Sari membahas tentang upaya guru dalam menangani perilaku kenakalan siswa, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti lebih difokuskan pada upaya sekolah memulihkan trauma anak korban bullying.</p>

E. Kerangka Pikir



Pada kenyataannya di sekolah, masih banyak kita jumpai perilaku-perilaku menyimpang yang dilakukan oleh para siswa, perilaku-perilaku yang dimaksud disini adalah perilaku perundungan yang dapat merugikan siswa itu sendiri seperti suka mengganggu temannya, berbicara kasar, mengejek, mempermalukan bahkan memukul, melakukan pemerasan atau berkelahi. Kondisi tersebut akan berdampak negatif pada sikap siswa secara umum karena dapat menimbulkan perilaku anti sosial, saling memusuhi, dan tidak saling menghargai. Untuk itu dibutuhkan kerja sama dari berbagai pihak untuk memberantas atau mencegah tindakan perundungan seperti pemerintah, pihak sekolah, siswa, orangtua, dan masyarakat.

Penanganan perilaku perundungan dapat dilakukan melalui program dan kebijakan sekolah dalam menangani perundungan yang disesuaikan dengan kondisi dan lingkungan sekitar. Selain itu menciptakan sekolah aman (safe school) dan pendekatan berbasis komunitas dengan melibatkan pemerintah, pihak sekolah, siswa, orang tua, dan masyarakat maupun lembaga terkait.

Apabila bullying sudah terjadi pastinya siswa korban perundungan akan mengalami trauma jadi guru harus melakukan tindakan agar bisa memulihkan trauma siswa ,atau bisa juga mendatangkan psikolog.

