

## SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW: PENANGANAN **BULLYING** PADA ANAK

Selvino Senly Soumokil<sup>1</sup>, Wa Nuliana<sup>1</sup>, Denicell Paulina Tetelepta<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Poltekkes Kemenkes Maluku, Ambon, Indonesia

### Abstrak

**Belakang:** *Bullying* adalah tindakan kekerasan yang terjadi pada anak berupa ancaman, ejekan, pelecehan dan kekerasan fisik. Anak yang menjadi korban *bullying* akan mengalami berbagai gangguan seperti gangguan tidur, sakit kepala, sakit perut, malu, menyendiri, tidak mau bergaul, tidak bersemangat, bahkan berhalusinasi mengurung diri, tidak percaya diri, kurangnya konsentrasi, putus asa hingga depresi. Kondisi ini, jika tidak tertangani akan berdampak pada kesehatan dan kualitas hidup anak. **Tujuan:** Menggambarkan penanganan *bullying* pada anak berdasarkan studi literatur. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah literature review. Pemilihan artikel menggunakan tiga database yaitu pubmed, portal garuda dan google scholar. Artikel diperoleh dengan menggunakan kata kunci kemudian dilakukan pengecekan duplikasi antara database dan diseleksi menggunakan metode prisma. Kriteria inklusi literatur adalah artikel penelitian dengan menggunakan quasi eksperimen dalam bentuk *full text*, serta dipublikasi pada 5 tahun terakhir. Subjek/responden penelitian adalah anak yang melakukan dan mengalami *bullying*. **Hasil:** Sebanyak 9 artikel yang ditelaah melaporkan bahwa tindakan *bullying* pada anak ditangani melalui beberapa tindakan seperti; psikoedukasi, teknik perilaku kognitif, assertive training, program KIVA, program empathy character bulding, terapi kognitif, pelatihan bermain peran, program kegiatan ekstrakulikuler, konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT), writing terapi dan terapi keluarga. **Kesimpulan:** Tindakan psikoedukasi, teknik perilaku kognitif, assertive training, program KIVA, program empathy character bulding, terapi kognitif, pelatihan bermain peran, program kegiatan ekstrakulikuler, konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT), writing terapi dan terapi keluarga efektif dalam menangani *bullying* pada anak. **Saran:** Diharapkan perlu adanya peran dan kerjasama sekolah dan keluarga dalam mencegah dan menangani perilaku *bullying* pada anak.

**Kata Kunci:** Anak; Bullying; Penanganan

### Abstract

**Background:** *Bullying* is an act of violence that occurs in children in the form of threats, ridicule, harassment and physical violence. Children who are victims of *bullying* will experience various disorders such as sleep disturbances, headaches, stomachaches, embarrassment, being alone, not wanting to socialize, not enthusiastic, even having hallucinations of confining themselves, lack of confidence, lack of concentration, despair to depression. This condition, if left untreated, will have an impact on the health and quality of life of children. **Objective:** Describe the handling of *bullying* in children based on a literature study. **Method:** This type of research is literature review. The selection of articles uses three databases, namely PubMed, Garuda Portal and Google Scholar. Articles were obtained using keywords and then checked for duplication between databases and selected using the prism method. Literature inclusion criteria were research articles using quasi-experiments in full text form, and published in the last 5 years. Research subjects/respondents are children who do and experience *bullying*. **Results:** A total of 9 articles reviewed reported that acts of *bullying* in children were handled through several actions such as; psychoeducation, cognitive behavioral techniques, assertive training, KIVA program, empathy character building program, cognitive therapy, role playing training, extracurricular activity program, counseling REBT, writing therapy and family therapy. **Conclusion:** Psychoeducational measures, cognitive behavioral techniques, assertive training, KIVA programs, empathy character building, cognitive therapy, role playing training, extracurricular activity programs, counseling REBT, writing therapy and family therapy are effective in dealing with *bullying* in children. In preventing and dealing with *bullying* behavior in children.

**Keywords:** Intervention, Bullying, Child

## PENDAHULUAN

*Bullying* atau perundungan adalah suatu tindakan kekerasan yang berupa ancaman, ejekan, pelecehan dan kekerasan fisik yang dilakukan oleh satu anak atau beberapa anak yang merasa dirinya lebih kuat terhadap anak lain. Menurut Hopeman et al., (2020) bahwa *bullying* merupakan suatu bentuk kenakalan remaja yang disebabkan oleh keagresifitasan pelaku yang dilakukan secara berulang oleh kelompok ataupun individu yang berupa keagresifan fisik, psikis atau melalui kata-kata dalam suatu komunitas sehingga menimbulkan rasa ketidaknyamanan para korban.

Tindakan *bullying* dapat terjadi pada anak mulai usia sekolah hingga remaja. Pada periode ini anak mulai diarahkan keluar dari kelompok keluarga dan mulai berinteraksi dengan lingkungan sosial yang akan berdampak pada hubungan interaksi dengan teman sebaya (Wakhid et al., 2017). Lingkungan baru yang lebih kompleks ditemui anak seiring dengan bertambahnya usia. Lingkungan baru memiliki banyak individu yang belum dikenal anak pada lingkungan sebelumnya, misalnya guru dan teman yang berbeda. Selain itu, kondisi hubungan pertemanan antara sekolah informal dan formal seperti di Sekolah Dasar juga mengalami perbedaan. Beberapa perbedaan yang muncul mengakibatkan anak harus beradaptasi dengan lingkungan baru tersebut. Di lingkungan baru tersebut, anak menjumpai lebih banyak individu baru seperti guru dan teman. Individu baru yang ditemui anak tersebut terdapat beberapa yang tidak mendukung perkembangan anak. Dari segi pertemanan, terdapat beberapa individu yang tidak saling suka dengan kehadiran teman atau hal lain yang mengakibatkannya sehingga muncul kejadian *bullying* (Wakhid et al., 2019). Pada umumnya korban *bullying* terjadi pada anak yang lemah, pemalu, pendiam dan special (cacat, tertutup, pandai, cantik, atau punya ciri tubuh tertentu), yang dapat menjadi bahan ejekan (Sufriani, 2017).

Menurut Colorso dalam Zakiyah et al., (2017) bahwa tindakan *bullying* dapat dibagi menjadi tiga kategori, yaitu *bullying* fisik, *bullying* verbal dan *bullying* mental atau psikologis. *Bullying* fisik terjadi ketika seseorang secara fisik dirugikan melalui tindakan seperti memukul teman, menendang dan mencubit, *bullying* verbal adalah *bullying* yang dilakukan dengan mengancam, melakukan panggilan bernada seksual, dan menyebarkan desas desus palsu atau jahat, dan *bullying* mental atau psikologi adalah tindakan yang dilakukan dengan mengabaikan orang lain, mengisolasi dan membuat siswa lain tidak menyukai seseorang.

Dampak dari perilaku *bullying* yang dilakukan dapat mengakibatkan korban menjadi putus asa, malu, menyendiri, tidak mau bergaul, tidak bersemangat, bahkan berhalusinasi. Gangguan tersebut meliputi penyesuaian sosial yang buruk juga gangguan psikologis (Darmayanti et al., 2019). Sejalan dengan penelitian Suci et al., (2021) menyatakan bahwa kekerasan pada anak akan berpengaruh pada psikologi tumbuh dan kembang anak, dimana anak akan menjadi berkepribadian keras dimasa depan. Anak pelaku *bullying* berpotensi menjadi pelaku kenakalan remaja, pelaku tindak kekerasan serta pelaku tindak kriminal. Pelaku *bullying* juga akan kesulitan bersosialisasi dan apabila ini berlangsung hingga dewasa maka akan menimbulkan dampak yang sangat luas, bahkan mengalami permasalahan dalam hubungan sosial, kondisi ekonomi yang memburuk dan rendahnya *well-being* ketika menginjak usia 50 tahun (Suci et al., 2021).

Armitage, (2021) meneliti prevalensi global intimidasi pada masa kanak-kanak dan remaja menggunakan data dari studi *Global School-based Student Health Survey (GSHS)* dan *Health Behaviour in Schoolaged Children (HBSC)* bersama dengan data tambahan dari *progress in international reading literacy study* dan program untuk penilaian siswa internasional. Ditemukan bahwa hampir satu dari tiga anak-anak (32%) secara global telah menjadi korban intimidasi pada satu hari atau lebih di bulan sebelumnya, 1 dari 13 orang (7,3%) diintimidasi enam hari atau lebih selama periode yang sama. Namun, ada perbedaan regional yang besar dalam kejadian intimidasi secara global, dengan 22,8% korban anak di Amerika Tengah, 25,0% di Eropa, 31,7% di Amerika Utara dan 48,2% di Afrika sub-Sahara. Ada juga perbedaan geografis yang signifikan dalam jenis intimidasi yang dilaporkan. Dengan intimidasi fisik dan seksual langsung mendominasi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah, dan intimidasi tidak langsung menjadi jenis yang paling umum di daerah berpenghasilan tinggi. Namun demikian, intimidasi adalah masalah kesehatan masyarakat yang cukup besar yang benar-benar penting secara global.

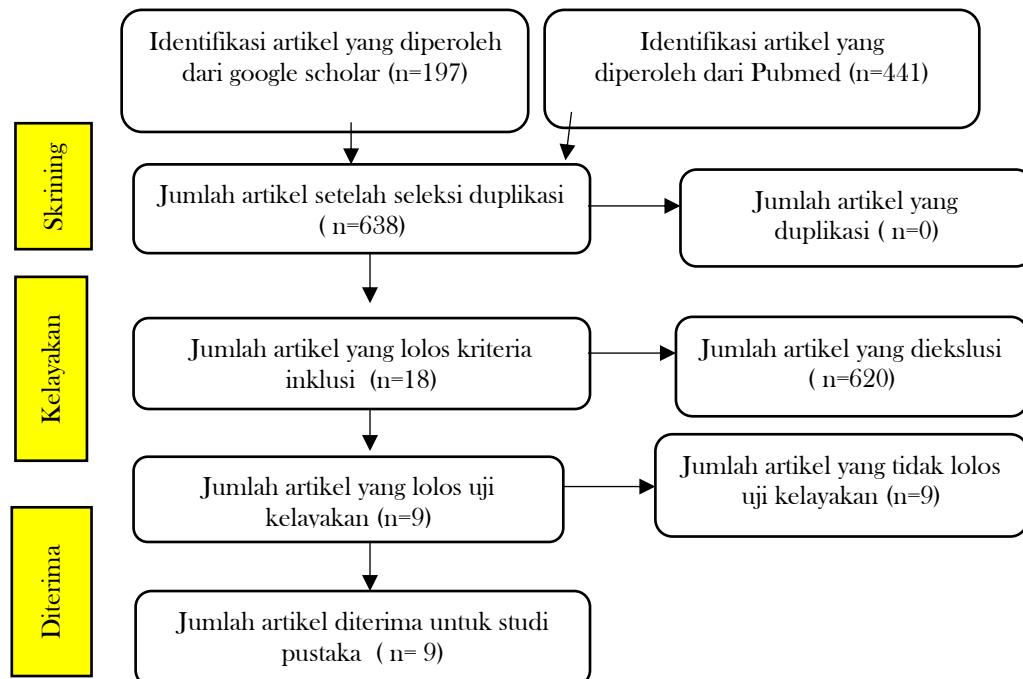
Di Indonesia, penelitian tentang fenomena *bullying* masih baru. Hasil studi oleh ahli intervensi *bullying*, Huenck dalam Yayasan Semai Jiwa Amini, 2008 mengungkap bahwa 10-60 % siswa di Indonesia melaporkan mendapat ejekan, cemoohan, pengucilan, pemukulan, tendangan ataupun

dorongan setidaknya sekali dalam seminggu. Berdasarkan data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia, prevalensi kejadian *bullying* di bidang pendidikan yaitu 1567 kasus. Terdapat 76 kasus anak sebagai korban *bullying* dan 12 kasus anak sebagai pelaku *bullying* di sekolah (Sulistiwati et al., 2019). Laporan data dari UNICEF, 2020 juga disebutkan bahwa 41% anak usia 15 tahun di Indonesia mengalami perundungan atau *bullying* yang berulang setiap tahunnya. Oleh karena itu, kejadian perilaku *bullying* yang masih terjadi di Dunia dan di Indonesia perlu adanya penanganan atau upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah perilaku *bullying*.

Berbagai upaya telah dilakukan untuk mengurangi perilaku *bullying* diantaranya pemberian bantuan layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan dengan pendekatan komprehensif mulai dengan memperdayakan keterlibatan orang tua, melakukan komunikasi dengan anak melalui pendekatan asertif (Farida, 2018), melalui komunitas sekolah dan tindakan lainnya seperti; membentuk pertahanan diri pada anak baik fisik maupun psikis (Kustiyono, 2019), namun sampai saat ini upaya ini belum dapat dilakukan dengan maksimal. Berdasarkan ulasan diatas, maka perlu untuk dilakukan penelusuran pustaka tentang penanganan *bullying* pada anak guna perilaku tersebut dapat dicegah dan dihindari.

## METODE

Penelitian ini adalah *literature review* untuk mengkaji tentang penanganan *bullying* pada anak. Data bersumber dari tiga *database* yaitu Pubmed dan Google Scholar dan Portal Garuda. Keyword yang digunakan pada Google Scholar dan pabmed adalah penanganan DAN *bullying* DAN anak dengan menggunakan fungsi penelusuran lanjutan dan membatasi kata kunci yang muncul dalam judul artikel. Keyword pada Pubmed adalah Intervention” AND “*Bullying*” AND “Child”



Gambar 1. Alur seleksi artikel

Artikel penelitian yang ditemukan dengan menggunakan kata kunci tersebut, kemudian disaring dan dipilih sesuai kriteria inklusi yaitu: artikel dipublikasi dalam 5 tahun terakhir (2018 -2022), naskah berbentuk *full text*, artikel menggunakan bahasa Indonesia atau bahasa Inggris, subjek/responden penelitian adalah anak usia (6-12 tahun) yang mengalami *bullying*, intervensi seperti psikoedukasi, teknik perilaku kognitif, assertive training, program KIVA, program empathy character bulding, terapi kognitif, pelatihan bermain peran, program kegiatan ekstrakurikuler dan terapi keluarga, dan menggunakan metode penelitian *quasi eksperimental*. Proses penyaringan artikel dilakukan secara terstruktur dengan menggunakan metode Prisma, yang melewati beberapa tahap yaitu; identifikasi, kelayakan, dan menentukan artikel terpilih. Tahapan proses pemilihan artikel dapat dilihat pada Gambar 1.

## HASIL

Berdasarkan hasil penulisan literatur yang dilakukan peneliti ditemukan 9 jurnal yang membahas tentang penanganan *bullying* pada anak. Ke 9 artikel ini memiliki penanganan *bullying* dengan pendekatan yang berbeda-beda dengan satu tujuan yaitu mengurangi dan menangani perilaku *bullying* pada anak. Hasil penulisan dari ke 9 artikel tersebut dapat digambarkan pada tabel 1.

Tabel 1. Sintesis literatur penanganan *bullying* pada anak

| No | Penulis               | Tujuan   | Metode           | Karakteristik Sampel   | Cara Pengukuran   | Hasil  |
|----|-----------------------|--|------------------|--|---|--|
| 1. | Kumala et al., (2019) | Melihat dampak intervensi psikoedukasi tentang <i>bullying</i> .                           | Quasi eksperimen | Subjek: anak usia 7-11 tahun (kelas 5 SD) yang pernah melakukan <i>bullying</i> berjumlah: 17 orang (dampak pada korban)                 | a. Intervensi: Psiko edukasi melalui media poster, leaflet dan presentasi materi <i>bullying</i> pada anak sekolah<br>b. Frekuensi: 1 kali yang dibagi menjadi 3 sesi<br>c. <i>Follow up</i> : satu kali selama sebulan<br>d. Alat ukur: Rubric   | Ada peningkatan pemahaman tentang <i>bullying</i> pada anak sekolah            |
| 2. | Silva et al., (2018)  | Untuk mengetahui keterampilan sosial dan emosional dalam mengurangi korban <i>bullying</i> | Quasi Eksperimen | Subjek : anak usia sekolah (kelas 6) berjumlah 78 orang yang dibagi menjadi dua kelompok (kelompok korban 40 orang dan pelaku 38 orang). | a. Intervensi : teknik perilaku kognitif berbasis keterampilan sosial seperti permainan peran, dramatisasi, penguatan positif, permodelan, umpan balik, video dan pekerjaan rumah.<br>b. Frekuensi: 1 kali yang dibagi menjadi 3ses.<br>c. <i>Follow up</i> : 1 kali dalam 1 tahun.<br>d. Alat ukur : mode 1 regresi poisson. | Keterampilan sosial dapat menurunkan dan mencegah terjadinya <i>bullying</i> . |

|    |   |   |                   |   |  |   |
|----|---|---|-------------------|---|--|---|
| 3. | Aryani & Bakhtiar, (2018)                         | Mengetahui pengaruh assertive training terhadap perilaku <i>cyberbullying</i> .                         | Quasi eksperiment | Subjek : siswa SMP ( kelas x ). Sampel sebanyak 31 orang. Dua kelompok k kelas penelitian : kelompok kontrol dan kelompok eksperiment. Penarikan sampel : purposip sampling. Pengumpulan data: angket. (dampak pada korban) | a. Intervensi : pelaksanaan <i>assertive training</i> terhadap perilaku <i>cyberbullying</i> .<br>b. Frekuensi : 1 kali yang dibagi menjadi 4 sesi.<br>c. <i>Follow up</i> : 1 kali setelah intervensi<br>d. Alat ukur : angket <i>assertive training</i>                | teknik <i>assertive training</i> mempengaruhi perilaku <i>cyberbullying</i> disekolah dan sangat efektif. |
| 4. | Nocentini , Palladino, & ersilia menesini, (2019) | Mengetahui intervensi anti- <i>bullying</i> paling efektif.   | RCT               | Sampel terdiri dari 13 anak sekolah, dengan 1.051 remaja awal kelas enam (u sia rata-rata=10,93;SD =0,501)  | a. Intervensi : KiVa yang digunakan adalah diskusi, kerja kelompok, latihan roleplay dan film pendek.<br>b. Frekuensi : 1 kali.<br>c. <i>Follow up</i> : 1 hari setelah intervensi<br>d. Alat ukur : <i>Florence bullying victimization scales (FBVS)</i> dan Kuesioner. | Ada peningkatan pengetahuan dan pemahaman tentang anti- <i>bullying</i> .                                 |
| 5. | Faizha, Rahma, & yunita kurniawati , (2018)       | Mengetahui efek program <i>Empathy Character Building</i> terhadap penurunan perilaku <i>bullying</i> . | Quasi eksperiment | Subjek : siswi-siswi SMP sebanyak 18. (dampak pada korban)  | a. Intervensi : program <i>Empathy Character Building</i> .<br>b. Frekuensi : 1 kali yang dibagi menjadi 7 sesi.<br>c. <i>Follow up</i> : 1 kali setelah 2 minggu<br>d. Alat ukur : kuesioner  | Program <i>empathy character building</i> dapat menurunkan perilaku <i>bullying</i> .                     |
| 6. | Febriana, (2017)                                  | Mengetahui efektifitas terapi kognitif dalam menurunkan kecemasan remaja korban <i>bullying</i> .       | Quasi eksperiment | Subjek : siswa SMA ( kelas X). ( korban <i>bullying</i> )   | a. Intervensi: terapi kognitif.<br>b. Frekuensi : 4-6 kali dalam 3 sesi.<br>c. <i>Follow up</i> : setiap minggu berkisar 45-60 menit disetiap respoonden<br>d. Alat ukur : HARS (Hamilton Anxietyraing Scale).   | Terapi kognitif dapat mengurangi kecemasan remaja.  |

|    |                            |   |                  |   |   |  |
|----|----------------------------|---|------------------|---|---|--|
| 7. | Sitasari, (2019)           | Mengetahui efektivitas metode bermain peran sebagai usaha meningkatkan pengetahuan dan keterampilan guru untuk menangani <i>bullying</i> .                    | Quasi eksperimen | Subjek : guru Sd Jumlah : 19 guru (z 5 guru laki - laki dan 14 guru perempuan. Sampel : 30 orang.       | a. Intervensi : pelatihan bermain peran b. Frekuensi: 1 minggu c. <i>Follow up</i> : 1 kali setelah 1 minggu d. Alat ukur : -   | Terdapat peningkatan pengetahuan guru dalam menangani <i>bullying</i> .  |
| 8. | Lusiana dan Arifin, (2022) | Menguji keefektifan layanan konseling Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) untuk meningkatkan kepercayaan diri korban <i>bullying</i>                    | Quasy eksperimen | Subjek: 5 siswa SMK Sore Tulungangung yang memiliki kepercayaan diri yang rendah akibat <i>bullying</i> | a. Intervensi: layanan konseling kelompok rational emotive behavior therapy (REBT) b. Frekuensi : 4-5 kali pertemuan c. <i>Follow up</i> : 1 kali d. Alat ukur : kuesioner  | Layanan konseling Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri korban <i>bullying</i> |
| 9. | Wekoadi et al., (2018)     | Untuk mengetahui efektifitas <i>writing therapy</i> terhadap penurunan cemas pada remaja korban <i>bullying</i> di SMP Negeri 2 Kledung Kabupaten Temanggung. | Quasi eksperimen | Subjek : 40 orang anak SMP yang mengalami korban <i>bullying</i> Usia : 13 - 18 tahun.                  | a. Intervensi : <i>writing therapy</i> b. Frekuensi: 8 kali pertemuan dalam 4 minggu. setiap pertemuan terbagi menjadi 4 sesi, dengan waktu tiap sesi selama 30 menit c. <i>Follow up</i> : 2 kali d. Alat ukur : HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale). | <i>writing therapy</i> efektif terhadap penurunan cemas pada remaja korban <i>bullying</i>                                     |

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelurusan pustaka yang dilakukan peneliti, diperoleh sebanyak 9 artikel yang dipilih dengan menggunakan design penelitian yaitu quasy eksperimen, kemudian artikel dianalisa sesuai dengan eligibilitas. Dari hasil keseluruhan artikel menunjukkan bahwa terdapat efek yang signifikan dari penanganan perilaku *bullying* pada anak sekolah (Aryani dan Bakhtiar, 2018; Faizha et al., 2018; Febriana, 2017; Herman dan Kusbaryanto, 2020; Kumala et al., 2019; Lusiana dan Arifin, 2022; Nocentini et al., 2019; Silva et al., 2018a, 2018b; Sitasari, 2019; Suci et al., 2021; Wekoadi et al., 2018)

*Bullying* merupakan perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja dan berulang kali, dengan maksud untuk melakukan kekerasan dan pada umumnya dilakukan oleh orang yang berkuasa atas korban dalam lingkungan permisif. *Bullying* terdiri dari beberapa bentuk yaitu; *bullying* fisik (memukul, menendang, meninju, mendorong dan seterusnya), *bullying* verbal (mengganti nama panggilan dengan memberi julukan yang tidak suka, mengejek, menggoda dan seterusnya), *bullying* psikis (menyebarluaskan rumor/gosip, memaksa, mengucilkan dan seterusnya). Merusak barang (merusak barang - barang pribadi atau

melakukan sesuatu yang merusak, menghilangkan atau mengambil dengan paksa barang orang lain) (Kurniasari & Rahmasari, 2020).

Menurut Iksanudin (2020), *Bullying* adalah tindakan mempermalukan mengintimidasi satu orang atau lebih yang dilakukan dengan muka yang meremehkan. Tindakan ini membuat pengalaman anak menjadi buruk dan yang biasa dialami oleh sebagian anak – anak atau remaja di sekolah. Fenomena *bullying* merupakan sebuah masalah yang masih berlanjut hingga saat ini, seringkali sikap orang tua dan sekolah menganggap bahwa perilaku *bullying* yang terjadi pada remaja merupakan hal yang alamiah terjadi tanpa memikirkan dampak jangka panjang yang akan mempengaruhi konsep diri remaja dan dampak lainnya yang muncul dapat menyebabkan remaja mengakhiri kehidupan dengan bunuh diri. Oleh karena itu perlu pemberian pendidikan kesehatan tentang konsep *bullying* dan penanganan psikososial untuk mengatasi masalah mental seperti kecemasan, harga diri rendah, penurunan prestasi akademik, sulit berkonsentrasi, bahkan sampai berkeinginan untuk bunuh diri. Tujuan kegiatan ini dalam rangka memberikan edukasi tentang pencegahan dan penanganan psikososial pada remaja yang mengalami *bullying* sehingga kesehatan jiwa remaja dapat ditingkatkan .

Perilaku *bullying* dapat mengubah kegiatan siswa di sekolah yang awalnya menyenangkan menjadi menakutkan. *Bullying* membawa dampak traumatis jangka pendek dan jangka panjang terhadap tahap perkembangan anak selanjutnya (Shaheen et al., 2018). Pelaku maupun korban akan mengalami masalah gangguan kesehatan mental. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Kurniasari dan Rahmasari, (2019) bahwa korban *bullying* rentan memiliki ide atau percobaan bunuh diri serta gangguan mental emosional seperti depresi. Dampak dari *bullying* juga mengakibatkan tingkat ketidakhadiran di sekolah menjadi tinggi dan kehilangan minat untuk mengerjakan tugas sekolah (Salmon et al., 2018).

Perilaku *bullying* yang terjadi pada anak sekolah seperti mengejek, mengajak teman-teman untuk memusuhi salah satu teman, meminta dengan paksa, dan memanggil nama dengan sebutan yang buruk sedangkan *bullying* pada remaja seperti menggunakan kekerasan fisik, seperti menghalangi jalan dan mengancam, mengucilkan seseorang berdasarkan ras, budaya, kepercayaan, atau jenis kelamin dan menyebarkan berita atau rumor yang tidak benar disosial media atau melalui pesan singkat. Adapun perbedaan *bullying* pada anak dan remaja. Pada anak jenis *bullying* yang frekuensinya tinggi adalah fisik (39%) sedangkan pada remaja jenis *bullying* yang frekuensinya tinggi adalah *bullying* verbal (42%). Urutan kedua pada anak adalah verbal (32%) sedangkan pada remaja adalah *bullying* fisik (27%)

Dampak yang dialami korban *bullying* diantaranya adalah gangguan tidur, sakit kepala, sakit perut dan depresi, korban menjadi putus asa, malu, menyendiri, tidak mau bergaul, tidak bersemangat, bahkan berhalusinasi (Darmayanti et al., 2019), dampak psikologis (mengurung diri, tidak percaya diri, kurangnya konsentrasi, minder, malu, pendiam, bingung, marah, takut, dan sakit hati), dampak fisik yang terdiri dari panas, perih, merah, dan sakit dan dampak sosial meliputi tidak mau bermain, malas belajar, malas bermain, tidak nyaman belajar tugas kelompok, dan ingin pindah kelas (Wardani et al., 2020). Kondisi ini jika tidak tertangani akan berdampak pada kesehatan yang secara tidak langsung mengganggu kualitas hidup dan kehidupan seseorang yang di bully. Oleh karena itu dibutuhkan penanganan baik dari si pelaku maupun korban *bullying*

Berdasarkan hasil literatur yang ditelaah, terdapat beberapa intervensi yang dapat dilakukan untuk *bullying* seperti: psiko edukasi melalui media poster, leaflet dan presentasi materi yang dilakukan 1 kali dan dibagi menjadi 3 sesi dalam 1 bulan (Kumala et al., 2019), teknik perilaku kognitif berbasis keterampilan sosial seperti permainan peran, dramatisasi, penguatan positif, permodelan, umpan balik, video dan pekerjaan rumah yang dilakukan 1 kali dan dibagi menjadi 3 sesi dalam 1 bulan (Silva et al., 2018b), pelaksanaan assertive training terhadap perilaku cyber *bullying* yang dilakukan 1 kali dalam 1 hari (Aryani dan Bakhtiar, 2018), program KIVA yang dilakukan 1 kali dalam 1 hari (Nocentini et al., 2019),

Program *empathy character building* yang dilakukan 1 kali dan dibagi menjadi 7 sesi setelah 2 minggu (Faizha et al., 2018), terapi kognitif yang dilakukan 4-6 kali dan dibagi menjadi 3 sesi setiap minggu berkisar 45-60 menit (Febriana, 2017), pelatihan bermain peran yang dilakukan 1 kali setelah 1 minggu (Sitasari dan Rozali, 2019), program kegiatan ekstrakurikuler yang dilakukan dalam 1 minggu (Suci et al., 2021), terapi keluarga edukasi (Herman dan Kusbaryanto, 2020), terapi writing yang diberikan untuk mengatasi kecemasan pada korban *bullying* (Wekoadi et al., 2018) dan pemberian konseling REBT (Lusiana dan Arifin, 2022).

Kegiatan penanganan *bullying* yang dilakukan berdasarkan 9 artikel yang ditelaah secara umum menunjukkan bahwa beberapa program efektif dalam upaya pencegahan *bullying*. Program intervensi yang diberikan adalah berupa pendidikan kesehatan dan kegiatan ekstrakurikuler (misalnya: kegiatan pramuka, olahraga, musik dan tari) maupun pembinaan disekolah. Dari ke-9 artikel terdapat 3 artikel yang memiliki hasil peningkatan pemahaman tentang *bullying* (Kumala et al., 2019; Nocentini et al., 2019; Sitasari dan Rozali, 2019). Sehingga dalam pelaksanaannya memerlukan durasi yang cukup lama yaitu sekitar beberapa bulan, karena harus melewati berbagai tahap atau proses, yaitu dimulai dengan mendesiminaskan informasi terkait program, kemudian pelatihan terhadap guru dan murid yang dilakukan oleh tenaga kesehatan ataupun profesional.

Program penanganan *bullying* pada anak juga telah dikembangkan pemerintah melalui Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA), dengan dukungan UNICEF dan Yayasan Nusantara Sejati yaitu program disiplin positif dan program Program Pencegahan Perundungan (ROOTS Indonesia). Program Disiplin Positif melatih pendidik tentang bagaimana mengajarkan disiplin kepada murid tanpa menggunakan unsur kekerasan baik itu fisik maupun verbal. Kekerasan dalam disiplin nyatanya tidak efektif dan bisa menimbulkan efek jangka panjang pada anak-anak. sedangkan program ROOTS Indonesia dikembangkan berdasarkan bukti ilmiah dan partisipasi anak, yang telah dikembangkan melalui loka karya bersama pemerintah, universitas, pemuda, dan kelompok masyarakat (Unicef, 2020).

Pencegahan *bullying* terhadap anak disekolah, rumah, dan ruang publik yang harus segera ditangani oleh pemerintah saat ini. Hal ini terdapat dalam rencana pembangunan jangka menengah nasional (RPJMN) 2015-2019, dimana penurunan prevalensi kekerasan terhadap anak menjadi salah satu indikator utama dalam bidang pembangunan kualitas sumberdaya manusia. Tak hanya itu pada januari 2016 lalu, mentri koordinator pembangunan manusia dan kebudayaan telah meluncurkan strategi nasional penghapusan kekerasan terhadap anak 2016-2020.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka untuk meminimalisir tindakan *bullying* yang berdampak pada kualitas hidup anak kedepan diperlukan pencegahan untuk memutuskan mata rantai *bullying* dapat dilakukan dengan menggunakan beberapa metode mulai dari meningkatkan pemahaman tentang *bullying* hingga penanganan langsung kepada pelaku dan korban *bullying*. Beberapa metode yang efektif dapat dilakukan pada penanganan *bullying* berdasarkan hasil tinjauan literature yaitu tindakan *psikodukasi*, teknik perilaku kognitif, *assertive training*, program KIVA, program *empathy character bulding*, terapi kognitif, pelatihan bermain peran, program kegiatan ekstrakurikuler, konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT), *writing* terapi dan terapi keluarga.

Tindakan penanganan *bullying* pada anak dalam pelaksanaannya tidak terlepas dari peran serta seluruh pihak, baik seluruh pemerintah, guru, tenaga kesehatan, orangtua, peran seorang konselor dari tenaga kesehatan dan peran lingkungan masyarakat serta dari dalam diri anak tersebut sendiri. Selain itu, diperlukan sikap tegas dari komisi perlindungan anak dalam menjerat pelaku penganiayaan anak seperti yang tertera dalam pasal 76C Undang-Undang 35 tahun 2014 yang berbunyi: "Setiap orang dilarang menempatkan, membiarkan, melakukan, menyuruh melakukan, atau turut serta melakukan kekerasan

terhadap anak". Sanksi pidana bagi orang atau pelaku kekerasan/ penganiayaan yang melanggar pasal diatas ditentukan dalam pasal 80 Undang-Undang 35 tahun 2014: Setiap orang yang melanggar ketentuan sebagaimana dimaksud dalam pasal 76C, dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun 6 (enam) bulan dan/atau denda paling banyak Rp 72 juta. Harapannya tidak ada lagi perilaku *bullying* yang dapat merusak mental seseorang terutama anak-anak, oleh karena itu perlu adanya penanganan khusus terhadap para pelaku *bullying* bukan saja kepada korban.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada ibu Femi. S Tuhumena dan Rigoan Malawat serta dosen pada Prodi Keperawatan Masohi atas dukungan dan sumbangsih pemikiran guna penyempurnaan kajian pustaka ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Armitage, R., 2021. Bullying in children: Impact on child health. *BMJ Paediatr.* Open 5, 1-8.  
<https://doi.org/10.1136/bmjpo-2020-000939>
- Aryani, F., Bakhtiar, M.I., 2018. Effect of assertive training on cyber bullying behavior for students Pengaruh assertive training terhadap perilaku cyberbullying bagi siswa. *Konselor* 7, 78-88.
- Darmayanti, K.K.H., Kurniawati, F., Situmorang, D.D.B., 2019. Bullying di Sekolah: Pengertian, Dampak, Pembagian dan Cara Menanggulanginya. *Pedagog. J. Ilmu Pendidik.* 17, 55-66.  
<https://doi.org/10.17509/pdgia.v17i1.13980>
- Faizha, Rahma, U., yunita kurniawati, 2018. program empathy character bulding untuk menurunkan perilaku bullying pada siswa smp inklusi. *Terakreditasi B oleh DIKTI*, 15, 137-145.
- Febriana, B., 2017. Penurunan Kecemasan Remaja Korban Bullying Melalui Terapi Kogitif. *Indones. J. Nurs. Pract.* 1, 1-8.
- Herman, Kusbaryanto, 2020. Edukasi Family Therapy Mencegah Bullying Pada Anak : Literature Review Family. *J. Ilm. STIKES Citra Delima Bangka Belitung* 4, 41-51.
- Hopeman, T., Suarni, K., Lasmawan, W., 2020. Dampak Terhadap Sikap Sosial Anak Sekolah Dasar ( Studi Kasus Di Sekolah Tunas Bangsa Kodya Denpasar ) 4.
- Kumala, O.D., Sari, E.P., Widayaningsih, T.P., 2019. Psikoedukasi Untuk Menurunkan Perilaku Bullying dan Pembentukan Kader Anti-Bullying di SD Y, in: Mewujudkan Masyarakat Madani dan Lestari Seri 9: Permukiman Cerdas dan Tanggap Bencana. Yogyakarta, hal. 27-37.
- Kurniasari, A.D., Rahmasari, D., 2019. Ide bunuh diri pada korban bullying. *J. Penelit. Psikol.* 7, 117-131.
- Kustiyono, K., 2019. Masalah Dan Pencegahan Bullying Pada Anak Sekolah. <https://doi.org/https://doi.org/10.31227/osf.io/ec8na>
- Lusiana, S.N.E., Arifin, S., 2022. Dampak Bullying Terhadap Kepribadian dan Pendidikan Seorang Anak. *Kariman* 10, 337-350.
- Nocentini, A., Palladino, benedetta emanuela, ersilia menesini, 2019. Untuk Siapa Intervensi Anti- Bullying Paling Efektif ? Peran Temperamen. *J. Int.* <https://doi.org/10.3390/ijerph16030388>
- Salmon, S., Turner, S., Taillieu, T., Fortier, J., Afifi, T.O., 2018. Bullying victimization experiences among middle and high school adolescents: Traditional bullying, discriminatory harassment, and cybervictimization. *J. Adolesc.* 63, 29-40. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.12.005>
- Shaheen, A.M., Hammad, S., Haourani, E.M., Nassar, O.S., 2018. Factors Affecting Jordanian School Adolescents' Experience of Being Bullied. *J. Pediatr. Nurs.* 38, e66-e71.  
<https://doi.org/10.1016/j.pedn.2017.09.003>
- Silva, J.L. da, Oliveira, W.A. de, Carlos, D.M., Lizzi, E.A. da S., Rosário, R., Silva, M.A.I., 2018a. Intervention in social skills and bullying. *Rev. Bras. Enferm.* 71, 1085-1091.  
<https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0151>
- Silva, J.L. da, OliveiraII, W.A. de, CarlosII, D.M., RosárioIV, E.A. da S.L.R., SilvaII, M.A.I., 2018b.

- intervensi dalam ketrampilan sosial dan intimidasi 71, 1085-1091.
- Sitasari, N. wahyu, 2019. Metode Bermain Peran Sebagai usaha Meningkatkan Keterampilan Guru Utuk Menangani Bullying Di SD N 11 Duri Kepa Jakarta Barat. *Int. J. Educ. Cult. Humanit.* 1, 11-20.
- Sitasari, N.W., Rozali, Y.A., 2019. Metode Bermain Peran Sebagai Usaha Meningkatkan Keterampilan Guru Untuk Menangani Bullying Di SDN 11 Duri Kepa Jakarta Barat. *EDUCULTURAL Int. J. Educ. Cult. Humanit.* 1, 11-20. <https://doi.org/10.33121/educultur.v1i2.31>
- Suci, I.S., Ramdhanie, G.G., Mediani, H.S., 2021. Intervensi Pencegahan Bullying Pada Anak Berbasis Sekolah. *J. Keperawatan Silampari* 4, 643-653. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/jks.v4i2.1964>
- Sufriani, E.P.S., 2017. faktor yang mempengaruhi bullying pada anak usia sekolah di sekolah dasar kecamatan syiah kuala banda aeh VIII.
- Sulistiwati, N.M.D., Wulansar, I.G.A.N.F., Swedarma, K.E., Purnama, A.P., Kresnayanti, N.P., 2019. Gambaran Perilaku Bullying Dan Perilaku Mencari Bantuan Remaja Smp Di Kota Denpasar. *J. Chem. Inf. Model.* 53, 1689-1699.
- Unicef, 2020. Perundungan Di Indonesia: Fakta-fakta Kunci, Solusi, dan Rekomendasi untuk setiap anak [WWW Document]. Unicef Indones. URL [https://www.unicef.org/indonesia/media/5691/file/Fact\\_Sheet\\_Perkawinan\\_Anak\\_di\\_Indonesia.pdf](https://www.unicef.org/indonesia/media/5691/file/Fact_Sheet_Perkawinan_Anak_di_Indonesia.pdf)
- Wakhid, A., Andriani, N.S., Saparwati, M., 2019. Perilaku Bullying Siswa Usia 10-12 Tahun. *J. Keperawatan Jiwa* 5, 25. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.25-28>
- Wakhid, A., Andriani, N.S., Saparwati, M., 2017. perilaku bullying siswa usia 10-12 tahubn. *J. Keperawatan* 2014-2017.
- Wardani, D.K., Mariyati, M., Tamrin, T., 2020. Eksplorasi Pengalaman Remaja yang Menjadi Korban Bullying di Sekolah. *J. Ners Widya Husada* 6, 15-22.
- Wekoadi, G.M., Ridwan, M., Sugiarto, A., 2018. Writing Therapy Terhadap Penurunan Cemas Pada Remaja Korban Bullying. *J. Ris. Kesehat.* 7, 37. <https://doi.org/10.31983/jrk.v7i1.3232>
- Zakiyah, E.Z., Humaedi, S., Santoso, M.B., 2017. Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying. Pros. Penelit. dan Pengabdi. Kpd. Masy. 4, 324-330. <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14352>