STRATEGI *COPING* KORBAN *BULLYING* VERBAL PADA SISWA KELAS XI DI SMA NEGERI 11 YOGYAKARTA

VERBAL BULLYING VICTIMS COPING STRATEGY IN CLASS XI IN SMA STATE 11 YOGYAKARTA

Oleh: Muhammad Iqbal Tri Utomo, Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta
mohiqbaltriutomo17@gmail.com

Abstrak

Pentingnya strategi *coping* bagi korban *bullying* yaitu dapat membantu dalam mentoleransi dan menerima situasi menekan yang tidak dapat dikuasainya. Penelitian bertujuan untuk mengetahui gambaran strategi *coping* yang digunakan korban *bullying* verbal pada siswa kelas XI di SMA Negeri 11 Yogyakarta. Penelitian menggunakan metode studi kasus. *Setting* penelitian di SMA Negeri 11 Yogyakarta. Subjek adalah dua siswa kelas XI SMA Negeri 11 Yogyakarta, berusia 15-18 tahun, pernah menerima tindakan *bullying*, lebih sering menerima tindakan *bullying* verbal, dan bersedia menjadi subyek penelitian. Metode pengumpulan data menggunakan wawancara terstruktur dan observasi. Teknik analisis data menggunakan konsep Miles & Huberman yaitu pengumpulan data, reduksi data, *display* data, dan kesimpulan. Teknik keabsahan data menggunakan teknik triangulasi sumber dan metode. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Strategi *coping* yang dipilih oleh subjek AR adalah kontrol diri dan penerimaan. Subjek AR lebih cenderung menerima dan tidak menyalahkan keadaan. Hal ini dilakukan untuk mencegah penolakan dan tindakan *bully* terulang kembali; dan (2) Strategi *coping* yang dipilih oleh subjek FD adalah keaktifan diri, dan religiusitas. Subjek FD lebih cenderung membaur dan bergaul dengan baik terhadap pelaku *bullying*. Sikap membaur dan bergaul dengan baik ini merupakan salah satu bentuk pertahanan diri supaya FD tidak diintimidasi dan diperlakukan kurang baik oleh temannya.

Kata Kunci: ***Strategi Coping, Korban Bullying Verbal***

Abstract

The importance of coping strategies for victims of bullying that can help to tolerate and accept the pressing situation that can not be mastered. The study aims to reveal the coping strategies used bullied verbally in class XI student at SMA Negeri 11 Yogyakarta. Research using the case study method. Setting research in SMA 11 Yogyakarta. The subject is two class XI SMA Negeri 11 Yogyakarta, aged 15-18 years, had received bullying, more often received verbal bullying, and willing to be the subject of research. Methods of data collection using structured interviews and observation. Data were analyzed using the concept of Miles & Huberman, namely data collection, data reduction, data display, and conclusion. Technique authenticity of data using triangulation techniques and methods. The results showed that: (1) Coping strategies chosen by the subject AR is self-control and acceptance. AR subjects are more likely to accept and do not blame circumstances. This is done to prevent rejection and bullying actions reoccur; and (2) coping strategies chosen by the subject FD is a self liveliness, and religiosity. FD subjects were more likely to blend and mix well to bullying. Attitude mingle and get along well this is one form of self-defense so that the FD is not intimidated and treated poorly by his friend.

Keywords: Self-Efficacy, and Cheating Behavior

PENDAHULUAN

Secara umum *bullying* adalah aktivitas sadar, disengaja dan yang bertujuan untuk melukai atau menanamkan ketakutan melalui ancaman lebih lanjut dan menciptakan teror (Coloroso, 2006: 51). *Bullying* adalah perilaku agresif yang dilakukan secara sengaja terjadi berulang-ulang untuk menyerang seorang target atau korban yang lemah, mudah dihina dan tidak bisa membela

diri sendiri (SEJIWA, 2008: 24). *Bullying* juga didefinisikan sebagai kekerasan fisik dan psikologis jangka panjang yang dilakukan seseorang atau kelompok, terhadap seseorang yang tidak mampu mempertahankan dirinya dalam situasi di mana ada hasrat untuk melukai atau menakuti orang itu atau membuat dia tertekan (SEJIWA, 2008: 77).

Perilaku *bullying* Muncul dilatarbelakangi oleh beberapa faktor, baik faktor internal maupun faktor eksternal. Faktor internal muncul dari dalam diri pelaku, seperti karakteristik individu. Selanjutnya, faktor eksternal merupakan faktor yang muncul disebabkan adanya interaksi pelaku dengan lingkungan seperti faktor keluarga dan faktor sekolah (Wahyuni, 2011: 29).

Rigby (2005: 39) menyatakan bahwa terdapat tiga bentuk tentang jenis *bullying*. Pertama, *verbal bullying* seperti mengejek/ mencela, menyindir, memanggil nama dan menyebarkan fitnah. Kedua, *physical bullying* seperti menendang, memukul, mendorong, merusak atau mencuri barang milik orang lain atau menyuruh orang lain untuk menyerang korban. Ketiga, *non verbal/ non physical bullying* seperti mengancam dan menunjukkan sikap yang janggal/ tidak seperti biasanya, melarang orang lain untuk masuk kedalam kelompok, memanipulasi persahabatan dan mengancam via e-mail.

Usia remaja merupakan usia yang paling rentan untuk melakukan tindakan kekerasan. Sekolah merupakan salah satu tempat yang strategis dalam melakukan tindakan *bullying*. Akhir-akhir ini kasus akibat kekerasan di sekolah makin sering ditemui baik melalui informasi di media cetak maupun yang kita saksikan di layar televisi diantaranya adalah tawuran, pengucilan, pemalakan, penindasan, dsb. Banyak kasus dari berbagai macam bentuk *bullying* yang terjadi, faktanya belum ada tindakan konkrit yang dapat menghentikan berbagai macam *bullying* yang terjadi dinegara ini, meskipun diketahui bahwa *bullying* mempunyai dampak negatif pada korbannya.

Korban *bullying* memiliki karakteristik mudah merasa takut, tidak menyukai dirinya sendiri dan cenderung berdiam diri di rumah setelah pulang dari sekolah. *Bullying* juga memiliki pengaruh secara jangka panjang dan jangka pendek terhadap korban *bullying*. Pengaruh jangka pendek yang ditimbulkan akibat perilaku *bullying* adalah depresi karena mengalami penindasan, menurunnya minat untuk mengerjakan tugas-tugas sekolah yang diberikan oleh guru, dan menurunnya minat untuk mengikuti kegiatan sekolah. Sedangkan, akibat yang ditimbulkan dalam jangka panjang dari penindasan ini seperti mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan baik terhadap lawan jenis, selalu memiliki kecemasan akan mendapatkan perlakuan yang tidak menyenangkan dari teman-teman sebayanya.

Observasi ini dilakukan pada siswa kelas XI di SMA Negeri 11 Yogyakarta. Observasi ini dilakukan karena penulis tertarik dengan beberapa kasus *bullying* yang terjadi dan semakin tampak di kalangan siswa SMA. Perilaku *bullying* biasanya terjadi selama jam sekolah atau setelah jam sekolah berakhir. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada tanggal 19 Agustus 2015 diketahui bahwa terjadi perilaku *bullying* dalam bentuk verbal yang dinilai cukup tinggi sebesar 30% dibandingkan dengan perilaku kekerasan fisik sebesar 18% pada siswa kelas XI di SMA Negeri 11 Yogyakarta.

Berdasarkan temuan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian kecenderungan *bullying* verbal pada siswa, dimana korban *bullying* menjadi fokus penelitian daripada pelaku. Alasan utama adalah karena seringkali terjadi anak yang menjadi korban cenderung dijauhi dan diisolasi. Persepsi masyarakat yang keliru terhadap *bullying* yang dianggap wajar justru secara tidak disadari akan menyebabkan pandangan negatif pada anak yang menjadi korban, diantaranya adalah menjadi pemurung, malas belajar, lebih sering membolos sekolah, dan diacuhkan serta dikucilkan oleh lingkungan sekitarnya. Hal ini tentunya harus menjadi perhatian yang serius dari berbagai pihak, namun sebaliknya guru atau orang tua cenderung memahami atau menambah memberikan cap atau atribut negatif pada korban *bullying*.

Berdasarkan hasil observasi tersebut diketahui bahwa terjadi perilaku *bullying* dalam bentuk verbal pada siswa kelas XI di SMA Negeri 11 Yogyakarta dan yang menjadi korban adalah siswa yang mempunyai cacat fisik serta siswa laki-laki yang mempunyai suara kewanita-wanitaan. Siswa dengan cacat fisik berinisial "AR" berjenis kelamin perempuan, memiliki kemampuan akademik yang biasa seperti anak normal lainnya (tidak ada yang menonjol), pendiam, tertutup, dan kurang aktif dalam kegiatan organisasi sekolah.

Bentuk *bullying* verbal yang dilakukan oleh pelaku *bullying* kepada siswa yang cacat fisik juling diantaranya seperti memanggil dengan nama julukan yang kurang bagus, mengejek, merendahkan, malu berteman dan bergaul dengan siswa tersebut, dan mengintimidasi siswa tersebut dalam berbagai tugas kelompok selalu menjadi pilihan terakhir. Salah satu bentuk *bullying* verbal yang di ucapkan adalah menyebut dengan kata-kata atau julukan yang kurang bagus seperti si cacat, si bogel, si "kero" dan ungkapan-ungkapan menjijikkan lainnya seperti "hiiii", "idih", "amit-amit". Dampak yang ditimbulkan adalah siswa menjadi pemalu, pendiam, minder, dan tidak banyak teman.

Sedangkan, siswa laki-laki yang mempunyai suara bawaan kewanita-wanitaan

berinisial "FD" berjenis kelamin laki-laki, memiliki kemampuan akademik yang lebih tinggi dari siswa lainnya, ceria, aktif dalam kegiatan sekolah. Bentuk *bullying* verbal yang dilakukan oleh pelaku *bullying* kepada siswa tersebut adalah berupa menghina, mengejek, menyindir, menyebarkan opini negatif, dan mengitimidasi teman lain supaya tidak bergaul dengan siswa tersebut.

Salah satu bentuk *bullying* verbal yang di ucapkan adalah menyebut dengan kata-kata atau julukan yang kurang bagus seperti si bencong, si bencis, si lekong dan ungkapan-ungkapan lainnya seperti "LGBT", dan "melambai". Dampak yang ditimbulkan adalah siswa menjadi kurang percaya diri, lebih suka menyendiri, melibatkan diri dalam berbagai kegiatan sekolah, cuek dan tidak mau ikut campur terhadap urusan orang lain, serta cenderung mengabaikan dan tidak menghiraukan julukan yang diberikan teman-temannya meskipun siswa tersebut tidak menyukai julukan tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara ringan dengan guru bimbingan konseling (BK) di SMA Negeri 11 Yogyakarta, dijelaskan bahwa pada dasarnya guru tahu akan adanya *bullying* di sekolah tersebut. Tindakan konkrit yang dilakukan guru adalah dengan memberikan bimbingan konseling secara klasikal bergantian dari satu kelas ke kelas lainnya. Tindakan konkrit lainnya adalah guru BK bekerjasama dengan guru kelas memantau kondisi korban maupun pelaku *bullying*. Selain itu, guru BK menindak lanjuti baik pelaku maupun korban *bullying* ke ruangan BK untuk memberikan konseling individual. Hal ini dilakukan supaya pelaku *bullying* dapat segera memperbaki sikap dan kesalahannya, serta untuk korban *bullying* sebagai bentuk motivasi dan perhatian dari lingkungan sekolah supaya tidak merasa diabaikan dan supaya dapat mengelola perilaku *bullying* tersebut dengan cara yang positif.

Pada saat kedua siswa tersebut mengalami *bullying*, mau tidak mau para siswa dituntut untuk mampu beradaptasi terhadap situasi dan kondisi yang tidak menyenangkan tersebut. Dampak-dampak yang terjadi pada korban *bullying* tersebut apabila tidak diatasi dan mendapat perhatian serius dari berbagai pihak maka dapat menimbulkan stress, depresi, emosi, dan tekanan psikis pada korban *bullying*. Oleh karena itu, sangat diperlukan suatu kemampuan untuk mengatasi permasalahan, atau strategi *coping*. Strategi *coping* sebagai suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola stres yang ada dengan cara tertentu. Reaksi setiap orang berbeda dalam menghadapi stres, maka strategi *coping* yang dilakukan akan berbeda pada tiap individu. Hal ini tergantung dari bagaimana individu itu memandang permasalahan atau peristiwa yang sedang mereka hadapi dan dukungan yang mereka dapatkan.

Dampak-dampak yang terjadi pada korban *bullying* tersebut apabila tidak diatasi dan mendapat perhatian serius dari pihak sekolah maka dapat menimbulkan stress, depresi, emosi, dan tekanan psikis pada korban *bullying*. Strategi *coping* sebagai suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola stres yang ada dengan cara tertentu. Menurut Yenjeli (2001: 53), strategi *coping* adalah upaya yang ditujukan untuk penatalaksanaan stres, termasuk upaya penyelesaian masalah secara langsung dan mekanisme pertahanan ego yang digunakan untuk melindungi diri. Strategi *coping* terbagi menjadi dua yaitu *problem solving focused coping* dan *emotion focused coping* (Yenjeli, 2001: 55).

Problem solving focused coping adalah strategi dimana individu secara aktif mencari penyelesaian dari masalah untuk menghilangkan kondisi atau situasi yang menimbulkan stress. Sedangkan, *emotion focused coping* adalah suatu strategi dimana individu melibatkan usaha-usaha untuk mengatur emosinya dalam rangka menyesuaikan diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang penuh tekanan (Yenjeli, 2001: 55).

Kedua reaksi dari strategi *coping* ini dapat memunculkan reaksi yang berbeda, apabila strategi *coping* yang digunakan efektif maka strategi *coping* dapat membantu seseorang dalam mentoleransi dan menerima situasi menekan serta tidak merisaukan tekanan yang tidak dapat dikuasainya. Sebaliknya, apabila strategi *coping* tidak efektif maka respon yang muncul seperti kemarahan yang berlebihan, perilaku agresif, depresi, bahkan bunuh diri (Riauskina, 2001: 56). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran strategi *coping* yang digunakan korban *bullying* verbal pada siswa kelas XI di SMA Negeri 11 Yogyakarta.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode studi kasus (*case study*). Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. menyebutkan bahwa penelitian deskriptif kualitatif ditujukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan fenomena-fenomena yang ada, baik bersifat alamiah ataupun rekayasa manusia, yang lebih memperhatikan mengenai karakteristik, kualitas, keterkaitan antar kegiatan (Lexy J. Moleong, 2007: 6).

Setting Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan pada bulan April tahun 2016. Lokasi penelitian berada di SMA Negeri 11 Yogyakarta.

Subjek dan Objek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah dua siswa kelas XI SMA Negeri 11 Yogyakarta yang menjadi korban *bullying*¸satu subjek karena memiliki cacat fisik dan subjek lainnya karena seorang laki-laki dan mempunyai suara bawaan kewanita-wanitaan. Adapun

beberapa data dan informasi yang dibutuhkan akan peneliti cari dari sumber informasi lain yaitu guru bimbingan konseling dan teman sebaya subjek. Objek penelitian tentang strategi *coping* pada siswa kelas XI korban *bullying* verbal di SMA Negeri 11 Yogyakarta.

Teknik Pengumpulan Data dan Teknik Analisis Data

Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan wawancara. Teknik analisis data menggunakan pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan serta verifikasi. Teknik Keabsahan data menggunakan triangulasi. Triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi sumber dan metode.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
Hasil Penelitian

Hasil analisis data penelitian akan diuraikan sebagai berikut:

Subjek AR

Siswa berinisial "AR" berjenis kelamin perempuan, merupakan siswa dengan cacat fisik. Siswa berinisial "AR" memiliki kemampuan akademik yang biasa seperti anak normal lainnya (tidak ada yang menonjol), pendiam, tertutup, dan kurang aktif dalam kegiatan organisasi sekolah. Bentuk *bullying* verbal yang sering diterima "AR" adalah mendapat nama julukan yang kurang bagus, mengejek, merendahkan, malu berteman dan bergaul dengan siswa tersebut, dan mengintimidasi siswa tersebut dalam berbagai tugas kelompok selalu menjadi pilihan terakhir. Salah satu bentuk *bullying* verbal yang di ucapkan adalah menyebut dengan kata-kata atau julukan yang kurang bagus seperti si cacat, si bogel, si "kero" dan ungkapan-ungkapan lainnya seperti "hiiii", "idih", "amit-amit".

Subjek "AR" mendapatkan *bullying* dikarenakan masalah fisik dan karena nilai akademik korban yang jauh berbeda dengan prestasi kakak subjek yang diketahui ternyata satu sekolah dengan subjek "AR". Subjek "AR" lebih banyak diam pada saat menerima perlakuan yang kurang menyenangkan dari teman-teman sekelasnya. Hal ini dilakukan supaya tidak memicu perlakuan lain dari teman-teman sekelasnya. Cara lain yang dilakukan oleh subjek "AR" dalam mengatasi stress yang dihadapi adalah dengan mendengarkan musik. Musik tersebut dianggap oleh subjek "AR" sebagai korban *bullying* sebagai salah satu cara yang mampu menyenangkan dirinya setelah mendapat perlakuan yang kurang menyenangkan yang diterimanya.

Dalam menghadapi situasi yang penuh tekanan tersebut subjek "AR" melakukan berbagai macam cara yang positif diantaranya adalah mengikuti kegiatan les bahasa Jepang dengan siswa yang jumlahnya sedikit. Hal ini dilakukan untuk menghindari tindakan dan perlakuan *bullyng* di luar jam pelajaran. Selain itu, subjek "AR" mulai menarik diri dari lingkungan. Salah satu contohnya adalah

subjek "AR" tidak melibatkan diri kembali dalam urusan kelompok. Hal ini dilakukan karena subjek "AR" tidak mau mendapatkan penolakan kembali dari teman-teman kelompoknya. Hal lain yang dilakukan oleh subjek "AR" dalam mengatasi permasalahan tersebut adalah mulai membatasi diri bergaul seperlunya dengan teman sekelas. Subjek "AR" hanya bergaul dengan teman-teman yang mau menerima saja. Itu pun sifatnya hanya dalam bentuk kerjasama dalam hal kepentingan sekolah. Selebihnya subjek "AR" tidak mau melibatkan diri jika tidak ada kepentingan dalam bentuk kerjasama tugas sekolah.

Kontrol diri yang dilakukan subjek "AR" dalam mengatasi situasi dan kondisi yang kurang menyenangkan tersebut dengan cara membatasi diri dalam bergaul, bicara dan bergaul seperlunya, lebih banyak diam karena tindakan tersbut dianggap subjek AR sebagai tindakan efektif dan supaya tidak memperkeruh suasana. Subjek AR tidak mencari dukungan secara khusus baik dari orang tua, kakak, maupun teman lainnya. Pihak keluarga AR mengetahui secara pasti jika AR di *bully* oleh teman-temannya setelah perlakuan kurang menyenangkan tersebut mereda. Belum ada tindakan konkrit dari pihak orang tua seperti mendatangi sekolah atau melaporkan kejadian ke sekolah. Akan tetapi, orang tua pernah berinisiatif membawa subjek ke psikiater untuk mengobati trauma psikis yang diterima oleh subjek.

Subjek AR selalu mempunyai *mindset* bahwa AR hanya akan berhubungan dengan teman sekelasnya ketika ada benefit saja, meskipun tindakan *bully* tersebut sudah jarang terjadi, akan tetapi AR hanya mengantisipasi supaya tidak terulang kembali. Meskipun AR pernah melakukan perlawanan secara frontal dengan cara marah dan memukul temannya, namun AR lebih banyak diam, karena diam dianggap sebagai solusi terbaiknya.

Pada dasarnya tidak menerima dengan baik perlakuan teman-teman di kelas yang kurang menyenangkan. Subjek AR juga pernah merasa tertekan dan stress hingga pernah menyalahkan diri sendiri dan Tuhan terhadap peristiwa yang di alami. Meskipun demikian namun subjek AR selalu berpikir positif terhadap setiap kejadian yang dialami. Hal ini dilakukan karena AR tidak mau apabila kegagalan dalam bergaul tersebut berdampak pada kegagalan dalam belajar. Sedangkan dampak negatif yang terjadi setelah mendapat perlakuan tersebut adalah AR menjadi siswa yang tidak bisa mempercayai lingkungan bermainnya. AR selalu menganggap bahwa apapun yang dilakukannya bersama teman pasti selalu akan menimbulkan dampak negatif terhadap diriya. Oleh karena itu, meskipun AR menerima kejadian terbaik dengan cara berpikir positif dan mengembalikan lagi semua kejadian kepada Tuhan akan tetapi AR masih membatasi diri bergaul dengan teman

kelasnya sebagai bentuk antisipasi supaya peristiwa kurang menyenangkan tersebut tidak terulang kembali.

Ditinjau dari segi religiusitas subjek AR menjadi sosok yang lebih dekat dengan Tuhan, menjadi siswa yang memiliki semangat belajar tinggi, berani mengahadapi apapun persolan yang dihadapi tanpa perlu menghindarinya. Informan dalam penelitian ini juga berpendapat yang sama. Kejadian tersebut membuat AR menjadi sosok yang lebih dekat dengan religius, berpikir positif, hati-hati, memiliki semangat belajar tinggi, dan berani menghadapi persolan apapun tanpa pernah mengorbankan sekolahnya.

Subjek FD

Subjek "FD" diketahui bahwa subjek "FD" memperoleh tindakan *bullying* semenjak "FD" memasuki jenjang SMA. Bentuk *bullying* verbal yang dilakukan oleh pelaku *bullying* kepada siswa tersebut adalah berupa menghina, mengejek, menyindir, menyebarkan opini negatif, dan mengitimidasi teman lain supaya tidak bergaul dengan siswa tersebut. Salah satu bentuk *bullying* verbal yang di ucapkan adalah menyebut dengan kata-kata atau julukan yang kurang bagus seperti si bencong, si bencis, si lekong dan ungkapan-ungkapan lainnya seperti "LGBT", dan "melambai".

Bullying yang dialami oleh subjek "FD" dikarenakan masalah fisik yaitu subjek "FD" memilki suara seperti wanita meskipun badannya laki-laki. Tindakan *bullying* yang diterima subjek yaitu menghina, mengejek, menyindir, menyebarkan opini negatif. Subjek "FD" merupakan anak yang cuek dan masa bodoh dalam setiap menghadapi perlakuan teman-teman. Cara lain yang dilakukan oleh subjek "FD" dalam mengatasi stress yang dihadapi adalah dengan mendengarkan musik dan ikut kegiatan sekolah yang menguras fisik. Hal tersebut dilakukan untuk mengalih perhatian dan sebagai salah satu cara yang mampu menyenangkan dirinya setelah mendapat perlakuan yang kurang menyenangkan yang diterimanya.

Meskipun subjek "FD" diperlakukan kurang menyenangkan akan tetapi FD tidak pernah menarik diri dari lingkungan. Hal lain yang dilakukan oleh subjek "FD" dalam mengatasi permasalahan tersebut adalah lebih banyak mendekatkan diri kepada Tuhan dengan cara berdoa dan beribadah, serta FD lebih cenderung diam dan bicara seperlunya saja. Kontrol diri yang dilakukan subjek "FD" dalam mengatasi situasi dan kondisi yang kurang menyenangkan tersebut dengan cara membiarkan saja dan tetap bergaul dengan baik karena FD mempertimbangkan dampak-dampak yang akan terjadi jika FD melakukan perlawanan.

FD tidak mencari dukungan secara khusus baik dari orang tua, maupun teman lainnya. Pihak keluarga FD mengetahui secara pasti jika FD di *bully* oleh teman-

temannya. FD selalu terbuka dan bercerita tentang semua hal yang dialami disekolah. Orang tua FD tidak melibatkan diri secara langsung dalam mengatasi permasalahan FD. Orang tua FD lebih banyak memberikan kata-kata motivasi dan semangat serta nasihat kepada FD. Dukungan orang tua tersebut yang membuat FD selalu bisa menghadapi persoalan di sekolahnya. Melalui nasihat orang tuanya FD tidak menjadi anak yang pendemdam, tidak menarik diri dari lingkungan, dan menjadi anak yang berhati-hati dalam mengambil keputusan, menjadi anak yang selalu penuh pertimbangan dalam setiap keputusan, dan menjadikan FD lebih religius.

Selain itu, FD juga bercerita tentang masalah yang dihadapi kepada teman dekatnya yang beda sekolah. Reaksi yang berbeda dari teman sekolah ternyata tidak cukup ampuh melunturkan nasihat-nasihat yang sudah diberikan oleh orang tuanya. FD justru memberikan penjelasan kepada temannya, dan teman FD pun mampu menerima sikap dan pemikiran FD. Subjek FD merupakan siswa yang mampu menempatkan diri dengan baik. Sebagai contohnya pada saat mengerjakan tugas kelompok FD selalu bersikap professional meskipun satu kelompok dengan teman yang membulinya.

Subjek FD pada dasarnya tidak menerima dengan baik perlakuan teman-teman di kelas yang kurang menyenangkan. Subjek FD juga pernah merasa tertekan dan stress hingga pernah merasa tidak adil terhadap peristiwa yang di alami. Meskipun demikian namun subjek FD selalu berpikir positif dan hanya menyerahkan sepenuhnya kepada Tuhan terhadap setiap kejadian yang dialami. Hal ini dilakukan karena FD tidak mau berdampak pada prestasi belajarnya. Sedangkan dampak negatif yang terjadi setelah mendapat perlakuan tersebut adalah FD menjadi minder dan kurang percaya diri. Sedangkan, dampak positifnya adalah FD menjadi orang yang professional dalam menempatkan dirinya dan dapat lebih dekat dengan Tuhan.

Ditinjau dari segi religiusitas subjek FD menjadi sosok yang lebih dekat dengan Tuhan, sabar, dan menjadi orang yang pandai bergaul serta bijaksana dalam mengambil setiap keputusan dan menyimpulkan sesuatu. Informan dalam penelitian ini juga berpendapat yang sama. Kejadian tersebut membuat AR menjadi sosok yang lebih dekat dengan religius, berpikir positif, hati-hati, sabar, dan berani mengahadapi persolan apapun tanpa pernah mengorbankan sekolahnya.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari kedelapan aspek berdasarkan hasil penelitian subjek AR lebih cenderung menggunakan aspek pada kontrol diri dan penerimaan. Aspek kontrol diri dilakukan oleh subjek AR sebagai upaya untuk tidak

memperkeruh suasana. Aspek kontrol diri ini dilakukan AR dengan bersikap diam dan membatasi diri terhadap teman sekelas. Tindakan yang dipilih subjek AR tersebut sejalan dengan teori Sarafino (2006: 76) yang menyatakan bahwa kontrol diri adalah individu membatasi keterlibatannya dalam aktivitas kompetensi atau persaingan dan tidak bertindak terburu-buru, menunggu sehingga layak untuk melakukan suatu tindakan dengan mencari alternatife lain.

Selain itu, pada aspek penerimaan subjek AR lebih cenderung menerima dan tidak menyalahkan keadaan. Salah satu bentuk penerimaan yang dilakukan subjek adalah dengan menghimpun kepercayaan diri dan kekuatan untuk menarik diri dari lingkungan dengan cara tidak melibatkan diri terlalu jauh dengan teman. Hal ini dilakukan untuk mencegah penolakan dan tindakan *bully* terulang kembali. Tindakan AR tersebut sejalan teori Sarafino (2006: 76) yang menyatakan bahwa penerimaan diri adalah suatu situasi yang penuh dengan tekanan sehingga keadaan ini memaksanya untuk mengatasi masalah tersebut. Dalam kondisi ini individu lebih bersifat realistis dan bersikap berani menghadapi permasalahan yang sedang dihadapi.

Tindakan berbeda dilakukan oleh subjek FD. Berdasarkan hasil penelitian subjek FD lebih cenderung memilih pada aspek keaktifan diri, dan religiusitas. Pada keaktifan diri yang dilakukan subjek FD lebih cenderung membaur dan bergaul dengan baik terhadap pelaku *bullying*. Tindakan ini dipilih oleh subjek karena FD merupakan orang yang penuh pertimbangan dan selalu memikirkan dampak jangka panjang. Sikap membaur dan bergaul dengan baik ini merupakan salah satu bentuk pertahanan diri supaya FD tidak diintimidasi dan diperlakukan kurang baik oleh temannya. Sebagai contoh pada saat mendapat tugas sekolah dalam bentuk kelompok, FD tidak menarik diri dari lingkungan. Akan tetapi FD menerima pembagian kelompok dikelas tersebut dengan patuh. Hal ini menunjukkan FD mampu menempatkan diri dengan baik meskipun FD mengalami situasi kondisi yang tidak menyenangkan selama di kelas akibat perlakuan dari teman-temannya. Tindakan yang diambil oleh FD tersebut sejalan dengan teori yang dikemukakan Sarafino (2006: 76) yang menyatakan bahwa keaktifan diri adalah suatu tindakan yang mencoba menghilangkan atau mengelabuhi penyebab stres atau untuk memperbaiki akibat yang ditimbulkan, dengan kata lain bertambahnya usaha seseorang untuk melakukan *coping*, antara lain dengan bertindak langsung.

Ditinjau dari aspek religiusitas subjek FD lebih cenderung mendekatkan diri kepada Tuhan dalam setiap permasalahan yang dihadapi. FD juga meminta nasihat dari kedua orang tua terhadap permasalahan tersebut dan sejalan dengan pemikiran FD tersebut bahwa orang tua menyarankan supaya FD bersabar

dan meluruskan niat bahwa FD datang ke SMA 11 Yogyakarta untuk bersekolah sehingga FD tidak perlu memikirkan hal-hal yang dianggap tidak penting. Selain itu, bentuk religiusitas ini ditunjukkan dari sikap FD yang lebih banyak melakukan kegiatan ibadah dan berdoa yang merupakan salah satu sikap dalam mengatasi permasalahan supaya FD lebih tenang dan lebih bijak dalam menyikapi permasalahan tersebut. Tindakan yang dipilih oleh subjek FD tersebut sejalan dengan teori Taylor (2009: 55) yang menyatakan bahwa religiusitas adalah sikap individu untuk menenangkan dan menyelesaikan masalah-masalah secara keagamaan. Pada pengklasifikasian ini, individu lebih banyak mendekatkan diri dengan perilaku-perilaku yang bersifat religius untuk mengalihkan masalahnya dan sebagai upaya dalam menenangkan diri dalam mengontrol emosinya.

Bullying di sekolah merupakan fenomena yang terjadi pada seorang peserta didik yang merasa bahwa dirinya diperlakukan secara tidak sewajarnya atau adanya diskriminasi terhadap dirinya. Permasalahn *Bullying* yang terjadi di sekolah ini biasanya akan mengakibatkan dampak yang tidak baik, bahkan dapat menggangu kondisi kejiawaan siswa itu sendiri dari kekerasan atau diskriminasi yang dialami. Disini peran dari BK sangat dibutuhkan karena dalam hal ini BK akan melakukan berbagai pendekatan baik itu pendekatan secara bertahap ataupun pendekatan secara langsung, sehingga dengan demikian BK dapat setidaknya mengetahui apa yang menjadi permasalahn sehingga sampai terjadinya fenomena *bullying* yang dialami oleh peserta didiknya, dan peran BK pun akan berusaha untuk menjadi solusi dari permasalahan yang terjadi. Sehingga dengan demikian hubungan antara BK dan peserta didik semakin dekat dan bisa mengurangi atau bahkan mencegah terjadinya fenomena *Bullying* ini.

Disini peran dari BK sangat dibutuhkan karena dalam hal ini BK akan melakukan berbagai pendekatan baik itu pendekatan secara bertahap ataupun pendekatan secara langsung, sehingga dengan demikian BK dapat setidaknya mengetahui apa yang menjadi permasalahn sehingga sampai terjadinya fenomena *bullying* yang dialami oleh peserta didiknya, dan peran BK pun akan berusaha untuk menjadi solusi dari permasalahan yang terjadi. Sehingga dengan demikian hubungan antara BK dan peserta didik semakin dekat dan bisa mengurangi atau bahkan mencegah terjadinya fenomena *Bullying* ini.

Guru BK di SMA 11 Yogyakarta melakukan pendekatan kepada para siswa secara *preventif* (pencegahan). Dalam langkah ini dimaksudkan untuk mencegah timbulnya masalah *bullying* selanjutnya di sekolah dan dalam diri siswa sehingga dapat menghambat perkembangannya. Oleh karena

itu, guru BK melakukan orientasi tentang layanan bimbingan dan konseling kepada setiap siswa. Guru BK juga membuat program-program yang efektif dalam memberantas *bullying*. Misalnya dengan menanamkan pendidikan tanpa kekerasan di sekolah, guru BK dapat melakukannya dengan menjalin komunikasi yang efektif dengan siswa, mengenali potensi-potensi siswa, menempatkan siswa sebagai subjek pembelajaran, guru memberikan kebebasan pada siswa untuk berkreasi dan guru menghargai siswa sesuai dengan talenta yang dimiliki siswa. Atau saat awal masuk sekolah guru BK menjelaskan peraturan sekolah yang melarang keras *bullying* di sekolah dan hukumannya, agar siswa berfikir dua kali sebelum melakukan *bullying*. Guru BK juga bisa bekerjasama dengan orang tua siswa untuk menanggulangi *bullying* atau mendeteksi dini perilaku *bullying* di sekolah.

SIMPULAN DAN SARAN

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan tentang "gambaran strategi c*oping* yang digunakan korban *bullying* verbal pada siswa kelas XI di SMA Negeri 11 Yogyakarta", maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut.

1. Strategi *coping* yang dipilih oleh subjek AR adalah kontrol diri dan penerimaan. Subjek AR lebih cenderung menerima dan tidak menyalahkan keadaan. Hal ini dilakukan untuk mencegah penolakan dan tindakan *bully* terulang kembali.
2. Strategi *coping* yang dipilih oleh subjek FD adalah keaktifan diri, dan religiusitas. Subjek FD lebih cenderung membaur dan bergaul dengan baik terhadap pelaku *bullying*. Sikap membaur dan bergaul dengan baik ini merupakan salah satu bentuk pertahanan diri supaya FD tidak diintimidasi dan diperlakukan kurang baik oleh temannya.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diuraikan di atas maka dapat diberikan beberapa saran sebagai berikut.

Bagi Siswa

Siswa diharapkan lebih membuka diri baik kepada keluarga, teman, maupun guru apabila mengalami tindakan *bullying*.

Bagi Guru

Guru diharapkan lebih peka dalam mengenali permasalahan siswanya sehingga apabila mengetahui adanya tindakan *bullying* segera mengambil tindakan tegas kepada para pelaku dan penanganan yang tepat bagi korban supaya tindakan *bullying* tersebut tidak menggangu aktivitas belajarnya.

Bagi Guru BK

Guru BK diharapkan agar melakukan treatment/tindakan pelatihan atas hasil ini. Serta bekerjasama dengan guru lain dan Kepala Sekolah untuk mengurangi perilaku bullying. Salah satunya dengan melakukan

pendekatan individual atau personal dan diadakannya layanan bimbingan pribadi bagi para siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Coloroso, Barbara. 2006. *Penindas, Tertindas, dan Penonton. Resep Memutus Rantai Kekerasan Anak dari Prasekolah Hingga SMU*. Jakarta: Serambi.

Lexy J. Moleong. 2007. *Metodelogi Penelitian Kualitatif.* Bandung: Remaja Rosda Karya.

Lusi Yenjeli. 2001. Strategi Coping Pada Single Mother Yang Bercerai. *Jurnal Psikologi*. Vol.7. No. 2. Fakultas Psikologi. Gunadarma.

Riauskina, Djuwita dan Soesetro. 2001. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.

Rigby, Ken. 2005. *Bullying in School and The Mental Health of Children. Australian Journal of Guidance & Counselling.* Australia: University of South Australia.

Sarafino, E.P. 2006. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions. Fifth Edition.* USA: John Wiley & Sons.

SEJIWA. 2008. *Bullying: Mengatasi Kekerasan Di Sekolah Dan Lingkungan Sekitar Anak*. Jakarta: Grasindo.

Taylor, E Shelley. 2009. *Health Psychology (7th edition).* New York: Mc Graw Hill Inc.

Wahyuni. 2011. Corelation Between Perception Toward Parents' Authoritarian Parenting and Ability to Empathize with Tendency of Bullying Behavior on Teenagers. *Jurnal Psikologi*. Vol.7. No. 2. Fakultas Psikologi. Riau: UIN SUSKA.