
STRATEGI PENCEGAHAN DAN PENANGANAN PERUNDUNGAN (BULLYING) DI LINGKUNGAN SEKOLAH

Agustien Mahesya Rahayu¹, Pilda Rizky Hasanah², Fitri Ayu Ningsih³, M. Zazilva⁴,
Arlen Zacky Pratama⁵, Prayoga Tri Aryo Utomo⁶

^{1,2,3,4,5,6}Universitas Muhammadiyah Bengkulu

¹mahesyaaiu.17@gmail.com, ²pildarizkyh@gmail.com,
³ningsihfitriayu01@gmail.com, ⁴mzilva2002@gmail.com,
⁵arlenzacky2004@gmail.com, ⁶prayogatri2002@gmail.com

ABSTRACT

Bullying is a serious issue in schools that negatively affects students' mental health, academic performance, and social development. This article aims to identify the causes of bullying and propose effective prevention and handling strategies in school environments. This study uses a qualitative approach through literature review and field observations in several secondary schools. The results show that bullying arises from a lack of supervision, hidden violent culture, and low social empathy. The proposed strategies include anti-bullying education, teacher training, parental involvement, and the formation of school task forces. These strategies are expected to create a safe, comfortable, and inclusive learning environment for all students.

Keywords: *Bullying, prevention, school, strategy, intervention*

ABSTRAK

Perundungan (bullying) merupakan permasalahan serius di lingkungan sekolah yang dapat berdampak negatif terhadap kesehatan mental, prestasi akademik, serta perkembangan sosial siswa. Artikel ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor penyebab terjadinya perundungan dan merumuskan strategi pencegahan serta penanganan yang efektif di lingkungan sekolah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan studi literatur dan observasi lapangan di beberapa sekolah menengah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perundungan terjadi karena kurangnya pengawasan, budaya kekerasan yang tersembunyi, dan rendahnya empati sosial. Strategi yang diusulkan meliputi edukasi anti-bullying, pelatihan guru, keterlibatan orang tua, serta pembentukan tim satgas sekolah. Implementasi strategi ini diharapkan mampu menciptakan lingkungan belajar yang aman, nyaman, dan inklusif bagi seluruh siswa.

Kata Kunci: *Bullying, perundungan, pencegahan, sekolah, strategi penanganan*

A. Pendahuluan

Perundungan (*bullying*) merupakan salah satu bentuk kekerasan yang masih kerap terjadi di lingkungan sekolah dan menimbulkan dampak serius terhadap perkembangan psikologis, sosial, hingga prestasi akademik siswa (Sunanih Sunanih et al., 2025). Tindakan bullying dapat berupa kekerasan fisik, verbal, sosial, hingga digital (*cyberbullying*), yang biasanya dilakukan secara berulang dari pelaku terhadap korban yang dianggap lebih lemah atau berbeda. Seiring dengan perkembangan teknologi, bentuk perundungan pun ikut berkembang. *Cyberbullying* menjadi bentuk yang kini makin sering terjadi, menjangkau siswa bahkan di luar lingkungan sekolah melalui media sosial dan platform komunikasi digital.

Sayangnya, fenomena ini masih sering dianggap sebagai bagian dari kenakalan remaja biasa, sehingga tidak ditangani secara serius oleh pihak sekolah. Padahal, dampaknya tidak hanya merusak iklim pembelajaran, tetapi juga menimbulkan trauma psikologis yang mendalam, bahkan dapat berujung pada tindakan ekstrem seperti isolasi sosial atau bunuh diri. Kondisi ini menunjukkan perlunya strategi pencegahan dan penanganan yang komprehensif dan berkelanjutan, yang melibatkan peran aktif guru, siswa, orang tua, serta tenaga kependidikan lainnya (Rizki Brida Amalia, Hari Subiyantoro, 2015).

Penelitian ini dilakukan untuk menggambarkan bentuk-bentuk perundungan yang terjadi di sekolah menengah, mengidentifikasi faktor-faktor penyebabnya, serta merumuskan strategi pencegahan dan penanganan yang dapat diterapkan secara efektif oleh pihak sekolah. Dalam mengkaji hal tersebut, penulis mengangkat data dari observasi dan wawancara yang dilakukan di beberapa sekolah menengah. Penelitian ini dilakukan di tiga sekolah menengah (dua SMA dan satu SMP) yang berada di wilayah Kota Bengkulu dan sekitarnya. Satu sekolah berada di kawasan urban (pusat kota) dan dua sekolah lainnya berada di wilayah semi-urban (pinggiran kota). Pemilihan sekolah dilakukan secara purposive berdasarkan laporan atau data kasus perundungan yang diperoleh dari pihak sekolah atau Dinas Pendidikan setempat. Ditemukan bahwa bullying verbal dan sosial menjadi bentuk yang paling umum terjadi, namun sering kali tidak terdeteksi karena dianggap hal yang wajar dalam pergaulan siswa.

Secara umum, penelitian ini bertujuan untuk menjawab pertanyaan mengenai bentuk-bentuk bullying yang terjadi di sekolah, faktor-faktor penyebabnya, serta

strategi yang tepat untuk mencegah dan menangani kasus tersebut secara sistematis. Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah menambah referensi ilmiah dalam bidang pendidikan dan psikologi sosial, khususnya yang berkaitan dengan pengembangan karakter dan manajemen konflik di sekolah. Sementara manfaat praktisnya adalah memberikan rekomendasi strategis kepada pihak sekolah dalam menyusun kebijakan anti-bullying, menjadi acuan bagi guru, konselor, dan orang tua dalam mengenali dan menangani perundungan, serta mendorong terbentuknya sistem pelaporan dan perlindungan yang aman bagi siswa.

Adapun ruang lingkup penelitian ini dibatasi pada siswa di tingkat sekolah menengah pertama dan atas, dengan fokus pada interaksi sosial di dalam lingkungan sekolah selama proses pembelajaran maupun kegiatan luar kelas. Penelitian ini tidak secara khusus menyoroti perundungan yang berakar pada isu ras, agama, atau orientasi seksual, meskipun tidak menutup kemungkinan aspek tersebut muncul sebagai bagian dari temuan lapangan.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang bertujuan untuk memahami fenomena perundungan secara mendalam dari perspektif pelaku, korban, guru, dan pihak sekolah. Pendekatan ini dipilih karena perundungan bukan hanya sebatas tindakan kekerasan, tetapi juga mencerminkan dinamika sosial, psikologis, dan budaya yang terjadi dalam lingkungan sekolah. Desain penelitian bersifat eksploratif untuk menggali bentuk-bentuk perundungan yang terjadi, dampaknya terhadap siswa, serta strategi yang telah atau dapat diterapkan oleh sekolah dalam upaya pencegahan dan penanganan kasus perundungan (Al Farabi, Nida Fitriyani, & Fauzan Muttaqin, 2025).

Penelitian dilaksanakan di tiga sekolah menengah pertama dan atas yang berada di wilayah Kota Bengkulu dan sekitarnya. Satu sekolah berada di kawasan urban (pusat kota) dan dua sekolah lainnya berada di wilayah semi-urban (pinggiran kota). Pemilihan sekolah dilakukan secara purposive berdasarkan laporan atau data kasus perundungan yang diperoleh dari pihak sekolah atau Dinas Pendidikan setempat. Pemilihan lokasi dilakukan secara purposive, berdasarkan data laporan insiden perundungan yang diperoleh dari pihak sekolah (Wardefi, Hidayat, & Wiza, 2023). Subjek penelitian terdiri dari guru (khususnya guru Bimbingan dan Konseling

serta wali kelas), siswa (baik yang pernah menjadi korban, pelaku, maupun saksi perundungan), kepala sekolah, dan orang tua siswa.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan beberapa teknik untuk memperoleh informasi yang komprehensif. Teknik pertama adalah wawancara mendalam yang dilakukan terhadap siswa, guru, dan kepala sekolah untuk memahami persepsi, pengalaman, serta peran masing-masing dalam menghadapi kasus perundungan. Teknik kedua adalah observasi partisipatif yang dilakukan dengan mengamati langsung interaksi siswa di lingkungan sekolah, seperti saat jam istirahat, kegiatan kelas, dan ekstrakurikuler. Observasi difokuskan pada pola komunikasi antar siswa, bentuk kekerasan verbal dan nonverbal yang muncul, serta respons guru terhadap konflik yang terjadi.

Teknik ketiga adalah studi dokumentasi, yang mencakup penelaahan terhadap dokumen-dokumen sekolah seperti kebijakan anti-bullying, laporan pelanggaran siswa, catatan dari guru BK, serta dokumentasi kegiatan yang berkaitan dengan pencegahan kekerasan. Untuk memperkuat validitas data, peneliti juga menggunakan angket terbuka dan tertutup secara opsional untuk memperoleh persepsi siswa terkait rasa aman dan kenyamanan di lingkungan sekolah.

Data dianalisis menggunakan metode analisis tematik. Proses analisis dimulai dari transkripsi hasil wawancara dan catatan lapangan, kemudian dilanjutkan dengan proses koding untuk mengidentifikasi tema-tema utama seperti jenis perundungan, faktor penyebab, peran guru, dan strategi penanganan. Setelah data dikategorikan, peneliti menginterpretasikan temuan untuk menarik kesimpulan dan menyusun strategi yang relevan. Untuk meningkatkan validitas dan reliabilitas data, dilakukan triangulasi dengan membandingkan hasil wawancara, observasi langsung, serta dokumen resmi dari sekolah.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi bentuk-bentuk perundungan di sekolah, menganalisis faktor-faktor penyebab terjadinya perundungan, serta merumuskan strategi pencegahan dan penanganan bullying yang efektif di lingkungan pendidikan menengah. Melalui pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik wawancara, observasi, dan studi dokumentasi, ditemukan beberapa temuan

penting yang menggambarkan kompleksitas fenomena bullying serta berbagai upaya yang dapat dilakukan untuk menghadapinya secara komprehensif.

Bentuk-Bentuk Perundungan di Sekolah

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk perundungan yang paling banyak terjadi adalah bullying verbal, seperti ejekan fisik, hinaan terhadap penampilan, penggunaan nama panggilan merendahkan, serta komentar berbasis stereotip gender. Hal ini sejalan dengan pendapat Olweus (1993), yang menyatakan bahwa *bullying* verbal merupakan bentuk perundungan yang paling umum di sekolah dan sering tidak dianggap serius, padahal dampaknya terhadap psikologis korban bisa sangat dalam (Puspita Sari, Jessy Tanod, Zahra Bulantika, & PGRI Bandar Lampung, 2023).

Selain bullying verbal, bentuk bullying sosial atau relasional juga ditemukan dalam berbagai kasus, seperti pengucilan terhadap siswa tertentu, penyebaran gosip, atau manipulasi pertemanan. Bentuk ini sering kali bersifat terselubung dan tidak mudah dikenali oleh guru atau tenaga pendidik, namun dapat menyebabkan penurunan rasa percaya diri dan keterasingan sosial. Rigby (2007) menegaskan bahwa bullying relasional adalah bentuk kekerasan yang secara sistemik mempengaruhi hubungan sosial korban dan memperburuk kondisi mentalnya dalam jangka panjang (Fitriana, 2022).

Bullying fisik, meskipun tidak mendominasi, tetap ditemukan dalam bentuk dorongan, pemukulan ringan, lemparan barang, hingga pemalakan. Bentuk ini cenderung terjadi di lokasi sekolah yang minim pengawasan, seperti toilet, lorong belakang, atau area parkir. Sementara itu, *cyberbullying* atau perundungan digital juga menjadi temuan penting, khususnya pada siswa sekolah menengah atas yang aktif menggunakan media sosial. Bentuk *cyberbullying* mencakup unggahan komentar negatif, penyebaran meme yang mempermalukan siswa lain, atau pelecehan dalam grup daring seperti WhatsApp. Menurut UNICEF (2019), *cyberbullying* menjadi bentuk perundungan yang meningkat signifikan seiring perkembangan teknologi digital, dan dampaknya dapat berlangsung lebih lama karena jejak digital sulit dihapus (Fazry & Apsari, 2021).

Faktor Penyebab Terjadinya Bullying

Dari hasil wawancara dan dokumentasi, teridentifikasi beberapa faktor utama penyebab terjadinya perundungan, yang dapat diklasifikasikan menjadi faktor individu, keluarga, sekolah, teman sebaya, dan media.

1. **Faktor Individu:** Pelaku perundungan umumnya memiliki latar belakang psikososial tertentu, seperti rasa tidak aman, pengalaman sebagai korban kekerasan di rumah, atau kebutuhan untuk menunjukkan dominasi di lingkungan sosial. Di sisi lain, korban perundungan biasanya cenderung pendiam, berbeda secara fisik, atau berasal dari kelompok minoritas ekonomi maupun sosial. Hal ini sejalan dengan teori psikodinamik, yang menjelaskan bahwa perilaku agresif dapat muncul sebagai bentuk proyeksi atas ketidakpuasan dan tekanan emosional internal (Pasenrigading, Rahmawati, & Thohirah, 2024).
2. **Faktor Keluarga:** Banyak pelaku bullying berasal dari keluarga dengan pola asuh otoriter, minim perhatian emosional, atau mengalami kekerasan dalam rumah tangga. Baumrind (1991) mengemukakan bahwa anak-anak yang dibesarkan dengan gaya pengasuhan otoriter cenderung menunjukkan perilaku agresif dan kurang empatik di luar rumah (Amran & Slametiningsih, 2021).
3. **Faktor Sekolah:** Lemahnya sistem pengawasan dan kurangnya implementasi pendidikan karakter menjadi penyebab utama munculnya kasus perundungan. Sekolah yang belum memiliki regulasi atau Satgas khusus anti-bullying lebih rentan mengalami peningkatan kasus. Teori sistem Bronfenbrenner (1979) menggarisbawahi bahwa lingkungan mesosistem seperti sekolah memainkan peran penting dalam membentuk perilaku siswa (Yuyarti, 2018).
4. **Faktor Teman Sebaya:** Tekanan dari kelompok sosial untuk mendapatkan pengakuan sering kali mendorong siswa untuk melakukan bullying, terutama untuk menunjukkan kekuasaan atau mempertahankan status sosial dalam kelompok. Penelitian Salmivalli (2010) menunjukkan bahwa dinamika peer group sangat berperan dalam memperkuat atau melemahkan budaya perundungan (Sakroni, Subardhini, & Riyadi, 2024).

-
5. Faktor Media dan Teknologi: Konten kekerasan yang beredar luas di media sosial, game online, dan platform digital lainnya turut memberikan pengaruh negatif terhadap sikap dan perilaku siswa. Anak yang tidak dibekali dengan literasi digital dan kemampuan berpikir kritis cenderung meniru perilaku tersebut tanpa mempertimbangkan konsekuensinya.

Strategi Pencegahan Bullying

Dalam konteks pencegahan, ditemukan bahwa strategi yang paling efektif adalah pendekatan sistemik yang melibatkan seluruh komponen sekolah dan keluarga. Sekolah yang menerapkan pendidikan karakter secara konsisten, mengintegrasikan nilai anti-kekerasan ke dalam kurikulum, serta melibatkan siswa dalam program mentoring dan kegiatan sosial memiliki tingkat perundungan yang lebih rendah.

Kampanye anti-bullying melalui poster, video edukasi, dan kegiatan tematik juga terbukti meningkatkan kesadaran siswa terhadap pentingnya empati dan toleransi. Selain itu, pelatihan bagi guru dan staf sekolah dalam mengenali tanda-tanda perundungan dan teknik intervensi konflik menjadi langkah strategis untuk menciptakan lingkungan yang aman dan responsif.

Keterlibatan orang tua juga tidak kalah penting. Sekolah yang secara rutin mengadakan pertemuan dengan wali murid, memberikan edukasi parenting, serta menjalin komunikasi terbuka, cenderung lebih cepat dalam mendeteksi dan menangani kasus perundungan.

Strategi Penanganan Bullying

Penanganan bullying yang efektif membutuhkan pendekatan yang adil dan edukatif. Sekolah perlu menyediakan sistem pelaporan rahasia dan aman, seperti kotak aduan, hotline internal, atau aplikasi laporan siswa. Dengan demikian, korban dapat merasa terlindungi dan pelaku dapat ditindak tanpa menciptakan rasa takut atau dendam.

Pemberian sanksi juga harus bersifat mendidik, bukan sekadar menghukum. Contoh sanksi edukatif meliputi mengikuti sesi konseling, membuat surat permintaan maaf, atau terlibat dalam kegiatan sosial yang membangun empati.

Korban bullying pun perlu mendapatkan pendampingan psikologis untuk memulihkan rasa aman, harga diri, dan semangat belajar.

Beberapa sekolah yang menjadi lokasi penelitian telah membentuk Tim Satgas Anti-Bullying yang terdiri dari guru BK, wali kelas, perwakilan siswa, dan orang tua. Tim ini bertugas menerima laporan, melakukan mediasi, serta memberikan edukasi berkelanjutan tentang pencegahan kekerasan di sekolah. Evaluasi dan monitoring secara berkala juga dilakukan untuk menilai efektivitas program dan menyesuaikan strategi yang digunakan.

Temuan ini sejalan dengan model Whole School Approach yang dikembangkan oleh Rigby (2007), yang menekankan pentingnya pelibatan seluruh unsur komunitas sekolah secara sistemik dalam penanganan bullying. Model ini juga didukung oleh pendekatan ekologi Bronfenbrenner, yang melihat pentingnya intervensi pada semua lapisan sistem sosial siswa.

D. Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perundungan (bullying) di lingkungan sekolah merupakan persoalan serius yang melibatkan berbagai dimensi, baik psikologis, sosial, maupun kultural. Bentuk perundungan yang paling umum dijumpai adalah bullying verbal dan sosial, disusul dengan bullying fisik dan cyberbullying. Perilaku tersebut umumnya dilakukan secara berulang oleh siswa yang memiliki kekuasaan sosial lebih besar terhadap korban yang dianggap lemah, berbeda, atau terisolasi secara sosial. Faktor penyebab terjadinya perundungan sangat kompleks, meliputi pengaruh lingkungan keluarga yang otoriter, lemahnya pengawasan sekolah, dinamika kelompok sebaya, serta paparan konten kekerasan melalui media digital. Temuan ini sejalan dengan teori Bronfenbrenner mengenai pentingnya intervensi pada lingkungan sosial anak secara menyeluruh, serta pendekatan Whole School Approach yang menekankan peran seluruh warga sekolah dalam menciptakan iklim yang aman dan suportif.

Dalam konteks pencegahan dan penanganan, dibutuhkan strategi yang sistemik dan berkelanjutan. Beberapa strategi yang terbukti efektif antara lain integrasi pendidikan karakter dalam kurikulum, pelatihan guru, pelibatan aktif orang tua, kampanye kesadaran anti-bullying, serta pembentukan Tim Satgas Anti-Perundungan di sekolah. Strategi penanganan pun tidak hanya mengedepankan

sanksi, melainkan pendekatan edukatif dan pendampingan psikologis terhadap pelaku dan korban. Sistem pelaporan rahasia yang aman juga menjadi salah satu aspek penting dalam membangun kepercayaan siswa untuk berbicara.

Oleh karena itu, diperlukan sinergi antara pihak sekolah, guru, siswa, orang tua, dan pemerintah untuk menciptakan ekosistem pendidikan yang bebas dari kekerasan. Sekolah bukan hanya tempat belajar akademik, tetapi juga ruang aman bagi tumbuh kembang sosial dan emosional peserta didik. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam menyusun kebijakan dan program anti-bullying yang lebih inklusif dan aplikatif di lingkungan pendidikan. Untuk pengembangan selanjutnya, penelitian lanjutan dengan pendekatan kuantitatif atau kombinasi dapat dilakukan untuk memperkuat temuan dan menjangkau wilayah yang lebih luas guna memperoleh gambaran yang lebih representatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Farabi, R., Nida Fitriyani, F., & Fauzan Muttaqin, M. (2025). Implementasi Karakter Toleransi Dalam Mengatasi Bullying Di Madrasah Ibtidaiyah. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(1), 980–994. Retrieved from file:///C:/Users/hp/Downloads/296.+Reza+Al+Farabi,+Feny+Nida+Fitriyani,+Muhammad+Fauzan+Muttaqin.pdf
- Amran, T. A., & Slametiningih. (2021). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perilaku Bullying Pada Siswa Di Smk Islamiyah Ciputat. *Indonesian Journal of Nursing Practices*, 4(1), 42–47.
- Fazry, L., & Apsari, N. C. (2021). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perilaku Cyberbullying Di Kalangan Remaja. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(2), 272. <https://doi.org/10.24198/jppm.v2i2.34679>
- Fitriana, D. (2022). Perbedaan Tindakan Bullying Siswa Ditinjau Dari Jenis Kelamin. *Jurnal Attending*, 1(3), 433–442.
- Pasenrigading, A. R., Rahmawati, & Thohirah, M. D. (2024). Dynamics of Bullying: Analisis Eksploratif Seputar Bullying di Sekolah. *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisipline*, 2(11), 649–663.
- Puspita Sari, R., Jessy Tanod, M., Zahra Bulantika, S., & PGRI Bandar Lampung, S. (2023). Bentuk dan Dampak Bullying pada Peserta Didik Tingkat Sekolah

-
- Dasar. *LENTERA: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 16(2), 361–370. Retrieved from www.kompas.tv
- Rizki Brida Amalia, Hari Subiyantoro, N. U. H. (2015). Fenomena Kenakalan Peserta Didik. *Ilmu Pengetahuan*, 1, 70–81.
- Sakroni, S., Subardhini, M., & Riyadi, S. (2024). Pelaku Bullying Ditinjau Dari Perspektif Teori Identitas Sosial Sebuah Systematic Review Literature. *Santhet (Jurnal Sejarah Pendidikan Dan Humaniora)*, 8(1), 1042–1051. <https://doi.org/10.36526/santhet.v8i1.3926>
- Sunanih Sunanih, Arsi Nurhaliza, Amelia Shakila, Desi Nadia Ulpah, Dika Rahmaldi, Dinda Nur Farida, ... Diana Santi. (2025). Analisis Pengaruh Perilaku Bullying terhadap Prestasi Akademik Siswa di Sekolah Dasar. *Dewantara: Jurnal Pendidikan Sosial Humaniora*, 4(1), 31–45. <https://doi.org/10.30640/dewantara.v4i1.3767>
- Wardefi, R., Hidayat, M., & Wiza, R. (2023). Pengurangan Perilaku Bullying pada Sekolah Ramah Anak. *Islamika*, 5(2), 704–720. <https://doi.org/10.36088/islamika.v5i2.3154>
- Yuyarti. (2018). Mengatasi Bullying Melalui Pendidikan Karakter. *Jurnal Kreatif*, 9(1), 52–57.
- 