

Pencegahan Perundungan untuk Mendukung *Zero Violence Education* di Lingkungan Pondok Pesantren

Hafid Algristian^{a*}, Nur Azizah AS^b, Fifi Khoiru Fithriyah^c, Khamida^d,
Nur Hidayah^e, Devy Yahya^f

^{a,b,f} Fakultas Kedokteran, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Indonesia

^c Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Indonesia

^{d,e} Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Indonesia

*corresponding author: dr.hafid@unusa.ac.id

Abstract

Beberapa kasus perundungan di pondok pesantren yang menjadi isu nasional ini menggambarkan bahwa pesantren bukanlah lingkungan pendidikan yang sepenuhnya bebas dari perilaku kekerasan. Pesantren dianggap sebagai pusat pendidikan keislaman yang seharusnya menjadi model *zero violence education*. Peran serta banyak pihak sangat dibutuhkan terutama untuk memberikan edukasi secara berkelanjutan guna mencegah kejadian serupa di kemudian hari. Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di tiga pondok pesantren di Jawa Timur ini (PP. Al Hikam, Bangkalan; PP. KHA. Wahid Hasyim, Bangil; dan PP. Zaniul Hasan, Genggong) bertujuan memberikan edukasi tentang perundungan kepada santri pondok pesantren. Kegiatan ini dilaksanakan secara daring melalui *webinar*. Dampak kegiatan ini dinilai menggunakan *pre* dan *post test* (*google form*) pada peserta. Pengumpulan *pre* dan *post test* membutuhkan waktu lebih lama karena santri menggunakan ponsel guru secara bergantian. Didapatkan peningkatan skor *post test* dibandingkan *pre test*. Disimpulkan bahwa wawasan santri tentang perundungan lebih baik dibandingkan sebelum diadakan *webinar*. Kegiatan ini dapat menjadi model edukasi di kemudian hari, sehingga diharapkan dapat menjadi upaya pencegahan perilaku perundungan, untuk mendukung terwujudnya *zero violence education* di lingkungan pondok pesantren.

Keywords: Perundungan; Pondok Pesantren; Edukasi

1. Pendahuluan

Terdapat sebuah peristiwa penganiayaan di sebuah pondok pesantren di Padang yang berujung kematian salah satu santri. Penganiayaan ini dilakukan oleh 17 santri selama tiga hari berturut-turut. Penganiayaan ini diawali dengan perundungan secara fisik dan mental dan berakhir pada tindak pidana penghilangan nyawa. Sepupu korban memaparkan bahwa korban seringkali dipalak oleh seniornya. Jika menolak, korban dipukuli (Rania, 2019). Perundungan adalah salah satu bentuk kekerasan di sekolah, yang keparahannya dan angka kejadiannya lebih tinggi daripada tawuran, diskriminasi, maupun pungutan liar dalam pendidikan (Nanda, Nauli, & Novayelinda, 2015).

Perundungan merupakan segala bentuk penindasan atau kekerasan yang dilakukan dengan sengaja oleh satu orang atau sekelompok orang yang lebih kuat atau berkuasa terhadap orang lain, dengan tujuan untuk menyakiti dan dilakukan secara terus menerus (Frisen, Jonsson, & Camilla, 2007). Perundungan verbal dan rasis lebih

banyak menyebabkan depresi dibandingkan perundungan fisik (Cardoso, Szlyk, Goldbach, Swank, & Zvolensky, 2018), sementara perundungan fisik lebih cenderung memicu kriminalitas sebagaimana contoh di atas. Perundungan membawa pengaruh yang signifikan terhadap tindakan kekerasan dan penyalahgunaan zat di masa remaja, baik pada korban maupun pelaku (Kim, Catalano, Haggerty, & Abbott, 2011). Dampak spesifik yang dialami korban antara lain perasaan rendah diri, enggan belajar dan sekolah, sering cemas, gangguan tidur bahkan beberapa masalah klinis seperti depresi dan ide-ide tentang bunuh diri.

Di Indonesia, menurut Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) tahun 2014 terdapat 1.480 kasus pengaduan perundungan di lembaga pendidikan (Yani & Lestari, 2019). Di USA, perundungan terjadi sebagian besar pada usia sekolah dasar, yakni 7-11 tahun (Nansel et al., 2001a). Dari 36 kasus, 23 diantaranya terjadi pada pada usia sekolah dasar. Kasus perundungan yang terjadi pada anak Indonesia di bawah usia 12 tahun agaknya kurang mendapat perhatian karena dianggap sebagai hal yang wajar. Padahal, satu sampai sepuluh siswa pindah sekolah karena takut.

Perundungan tanpa disadari menjadi bagian dari perilaku sehari-hari. Seperti ketika ejekan dan olok-olok yang dimaksudkan untuk bercanda, sampai akhirnya berkembang menjadi sesuatu yang serius (Desiree, 2013). Meskipun riset mengenai perundungan cukup banyak, faktanya hanya sedikit orang dewasa (apalagi anak dan remaja) yang tercerahkan dengan hasil riset ini. Kejadian perundungan dianggap sebagai sebuah cara mengakrabkan diri atau sebuah variasi dari pergaulan. Contoh hal yang dianggap biasa adalah mengumpat kepada orang lain (Jawa: *misuh, misuhi*), memanggil seseorang dengan ciri fisik (misal, "*Si Hitam, urip pisan*"), dan lain sebagainya. Semua cara ini hampir pasti dianggap sebagai candaan, padahal sebenarnya sudah terkategori sebagai perundungan.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa perundungan berawal dari stigmatisasi terhadap suatu stereotipe tertentu. Stigma adalah anggapan otomatis yang umumnya bersifat merendahkan stereotipe tertentu. Stigma membuat persepsi kita tertutup terhadap perubahan positif orang lain. Yang berbahaya, bisa memicu perundungan masif kepada yang bersangkutan. Stereotipe sebenarnya adalah cara otak mengenali seseorang, yakni dengan merekam ciri khusus sebagai penanda diri.

Stereotipe saat ini diartikan sebagai persepsi negatif yang disematkan kepada sebuah karakteristik diri, sehingga dianggap sebuah kekurangan daripada anak-anak di sekitarnya. Misalnya kulit lebih hitam, badan terlalu pendek atau terlalu tinggi, punya kelemahan belajar, dan sebagainya. Anak yang tidak terlibat sekalipun menggunakan stereotipe sebagai alasan untuk tidak membela korban (Frisen et al., 2007).

Depresi dan perundungan seperti dua sisi mata uang yang tidak dapat dipisahkan. Korban perundungan tentu mengalami depresi. Yang menarik, pelaku perundungan pada umumnya adalah remaja yang juga mengalami depresi. Baik pelaku maupun korban sama-sama memiliki ketidakmampuan penyesuaian sosial (Nansel et al., 2001b), sehingga sulit beradaptasi terhadap lingkungan sekitar, termasuk menyikapi tantangan-tantangan hidup. Depresi sendiri memiliki gejala mayor dan minor. Gejala mayor di antaranya anhedonia, anergia, dan afek depresi. Gejala minor di antaranya gangguan tidur, gangguan makan, rasa rendah diri dan pesimistik, menyalahkan diri sendiri dan tidak percaya diri, sulit konsentrasi, keluhan-keluhan fisik, hingga ide-ide bunuh diri (Bauman, Toomey, & Walker, 2013). Gejala depresi pada remaja termasuk sulit dideteksi karena didominasi gejala minor dibandingkan pada dewasa yang didominasi gejala mayor. Dominasi gejala minor ini kadang membuat remaja mudah disalahpahami orang dewasa di sekitarnya, termasuk tenaga kesehatan. Beberapa gejala depresi yang menonjol pada remaja di antaranya sulit dimotivasi, dan cenderung mudah terancam oleh nasihat-nasihat positif (Li & Shi, 2018).

Pelaku perundungan sebelumnya juga dapat merupakan korban perundungan. Korban yang menjadi pelaku ini pada umumnya memiliki kepribadian psikopatik dan narsisistik yang terpendam dan terpicu ketika mengalami suatu tekanan seperti perundungan. Kepribadian psikopatik adalah kepribadian yang cenderung spontan dan impulsif (mudah meledak-ledak), sedangkan kepribadian narsisistik cenderung penuh dendam dan egois (Nappa et al., 2019). Tentu saja tidak semua korban perundungan nantinya akan menjadi pelaku. Depresi pada umumnya menjadi faktor tengah yang memoderasi seseorang dengan kepribadian psikopatik dan narsisistik berkembang menjadi pelaku perundungan di kemudian hari. Mengatasi depresi berarti turut menurunkan kemungkinan munculnya perilaku beresiko seperti ide bunuh diri,

penggunaan alkohol dan zat terlarang, termasuk menghentikan siklus perundungan itu sendiri (Sampasa-Kanyinga, Roumeliotis, & Xu, 2014).

2. Metode

Berdasarkan analisis situasi dan permasalahan tersebut, maka pengabdian masyarakat ini dilakukan berupa penyuluhan berjudul "Pencegahan Perundungan untuk Mendukung *Zero Violence Education* di Lingkungan Pondok Pesantren" pada tanggal 26 Juni 2021. Pengabdian masyarakat ini berupa *webinar* melalui *zoom meeting*. Cara ini dipilih sebagai solusi atas keterbatasan jarak dan pandemi, mengingat kegiatan ini melibatkan tiga pondok pesantren sekaligus dalam satu waktu, yakni Pondok Pesantren Al Hikam, Bangkalan; Pondok Pesantren KHA. Wahid Hasyim, Bangil; dan Pondok Pesantren Zainul Hasan, Genggong, Probolinggo. Awal dan akhir *webinar* dilakukan *pre* dan *post test*, sedangkan di akhir *webinar* dilakukan sesi diskusi (tanya jawab) oleh peserta. Baik *pre test*, *post test*, dan sesi diskusi digunakan sebagai bahan evaluasi untuk mengukur wawasan santri terhadap perundungan di lingkungan pondok pesantren.

Proses penyusunan materi penyuluhan didasarkan dari narasi ilmiah dan penelitian sebelumnya oleh tim penulis. Narasi ilmiah ini merangkum beberapa literatur terkini yang dapat menjelaskan fenomena perundungan remaja di lingkungan pondok pesantren. Literatur ini sangat terbatas karena dikhususkan pada pondok pesantren. Mayoritas literatur menjelaskan fenomena perundungan di pondok pesantren yang tidak terlalu berbeda dengan perundungan pada kelompok masyarakat umum, sehingga konsep dasar ini yang digunakan untuk menyusun materi.

Penelitian sebelumnya melibatkan alumni pondok pesantren yang saat ini menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Penelitian tersebut menganalisis persepsi alumni terhadap sebuah studi kasus mengenai perundungan. Mayoritas responden menolak adanya kekerasan di lingkungan belajarnya (termasuk pondok pesantren), namun tidak menolak apabila kekerasan itu terjadi sebagai sebuah balasan dari kekerasan sebelumnya. Penelitian ini mengkonfirmasi adanya siklus *victim-bully* dalam budaya pendidikan di Indonesia (Wang et al., 2020). Berikut adalah garis besar materi webinar yang berhasil disusun:

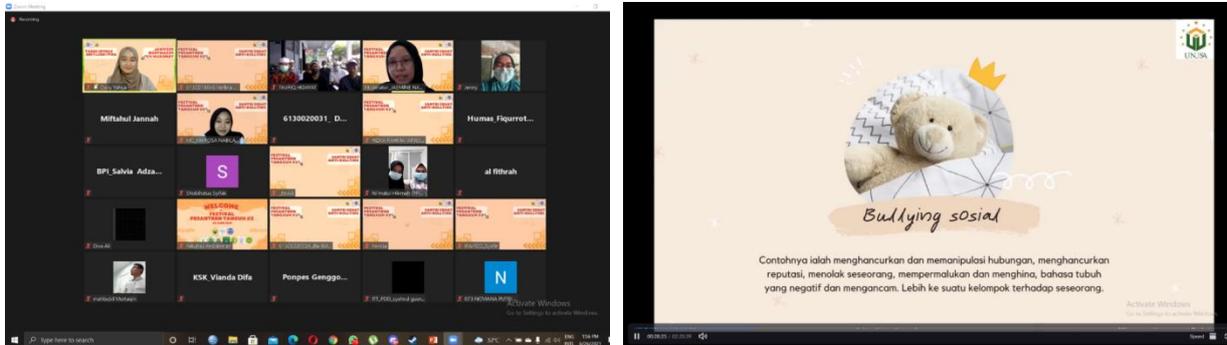
Tabel 1. Garis besar materi webinar perundungan

No.	Sub Judul	Ringkasan Materi
1.	Pengertian Perundungan	- Menyederhanakan perundungan sebagai “penindasan” pihak yang superior kepada pihak inferior
2.	Macam Perundungan	- Fisik, Verbal, Sosial, <i>Cyberbullying</i> , Seksual; disertai contoh-contoh konkrit di kalangan remaja/sekolah.
3.	Dinamika Perundungan	- Korban perundungan dan resiko depresi - Pelaku perundungan juga mengalami depresi - Siklus <i>victim-bully</i>
4.	Tanda Bahaya Perundungan	- Lemahnya sistem pengawasan di sekolah - Korban dianggap berbohong - Budaya kekerasan di sekitar kita - Perundungan Nyata dan Perundungan Tersamar
5.	Tanda-tanda Seseorang Mengalami Perundungan	- Gejala depresi terselubung (<i>isolated depression</i>) - Perubahan perilaku & kebiasaan
6.	Memutus Siklus Perundungan	- Memutus siklus <i>victim-bully</i> - Jangan takut melapor & berkonsultasi - Cari bantuan teman, orang tua, guru, petugas
7.	Meningkatkan Percaya Diri agar Jauh dari Perundungan	- Kamu istimewa, kamu bahagia - Jadi teman positif, cari pertemanan positif - Kembangkan bakat dan hobimu - Merawat diri, merawat mental
8.	Melindungi Temanmu dari Perundungan	- Mengenali gejala depresi pada temanmu - Kumpulkan saksi, ajak temanmu melapor - Ajak temanmu berkonsultasi kesehatan jiwa

3. Hasil dan Diskusi

Sekitar 45 santri dari tiga pondok pesantren mengikuti kegiatan *webinar* ini. Mayoritas santri merupakan Kader Santri Husada, yakni santri yang dilibatkan sebagai tenaga kesehatan remaja di lingkungan pondok pesantrennya. Mayoritas santri adalah kelas 1 dan 2 SMA, sedikit di antaranya adalah kelas 3. Teknis pelaksanaan dibagi menjadi dua bagian, yakni pusat dan lapangan. Pusat berlokasi di ruang pertemuan Fakultas Kedokteran Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya (FK UNUSA), sedangkan lapangan berlokasi di auditorium masing-masing pondok pesantren. Kepanitiaan juga dibagi menurut lokasi pelaksanaan tersebut. Sebagian panitia pusat terjun langsung ke pondok pesantren untuk membantu teknis di lapangan. Panitia pusat yang terjun lapangan ini harus sudah mendapatkan vaksin-1 dan 2. Mereka wajib melakukan swab

antigen dan harus dinyatakan negatif sebelum melakukan perjalanan. Selama pelaksanaan di lapangan, semua panitia menaati protokol kesehatan untuk COVID-19.



Gambar 1. Tangkapan layar pelaksanaan webinar

Hasil *pre* dan *post test* menunjukkan penambahan jumlah jawaban benar, sehingga dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan wawasan peserta tentang perundungan. *Pre* dan *post test* ini dilakukan lebih lama dari waktu yang direncanakan, karena santri menggunakan ponsel guru secara bergantian. Santri dilarang membawa ponsel di pondok pesantren, sehingga guru menyediakan ponsel pribadinya sebagai fasilitas bersama. Satu pondok pesantren dibantu dua guru, satu guru laki-laki untuk santri laki-laki, dan satu guru perempuan untuk santri perempuan. Tim penulis dan panitia sedari awal telah menyederhanakan soal-soal dalam *pre* dan *post test*, sehingga diharapkan dapat memudahkan teknis pelaksanaannya.

Para santri cukup antusias mengikuti *webinar*, dimana pertanyaan-pertanyaan yang dilontarkan cukup mewakili keresahan masing-masing. Pertanyaan tersebut juga menggambarkan rasa ingin tahu santri dan kedalaman pemahaman santri terhadap materi yang diberikan. Berikut beberapa contoh pertanyaan yang diajukan:

Tabel 2. Rangkuman pertanyaan dan jawaban

Pertanyaan	Jawaban
Apakah impulsif sama seperti egois?	Impulsif adalah sikap seseorang melakukan tindakan tanpa memikirkan dampak yang ada. Sedangkan egois tidak mau tau apa yang orang lain rasakan, mempertahankan apa yang dia percaya tanpa memikirkan pendapat orang lain. Impulsif contohnya tidak bisa meredam emosi. Dua kata tersebut berbeda tapi bisa saling bersinggungan.
Mengingat dengan kondisi mereka yang di asrama dengan jumlah penghuni yang banyak	Bisa dengan cara meningkatkan kebersamaan, bisa dibantu oleh pihak pondok untuk ada

<p>dan tempat terbatas, maka akan rentan menimbulkan banyak gesekan jika tidak diantisipasi dengan penanganan yang baik. bahkan menjadi tradisi hampir di pondok. Bagaimana cara kita menghilangkan tradisi <i>bullying</i> yang terjadi terus menerus di pondok? Terima kasih</p>	<p>suatu perlombaan, contohnya kebersihan kamar, tetapi isi dalam 1 grup tidk hanya teman seangkatan melainkan dari lintas angkatan. Bisa juga meningkatkan komunikasi antara murobbi kamar dengan santri santriwati sehingga santri santriwati bisa terbuka dengan murobbi yang sebagai orangtua kedua, sehingga bisa meminimalisir pertengkaran. Disarankan juga tidak boleh tertarik dan menonton hal-hal yang berbau perundungan. Bisa juga korban melaporkan perundungan ke pihak pondok.</p>
<p>Bagaimana cara menangani <i>bullying</i> antara senior dengan junior di dalam pondok? Apa yang harus kita lakukan untuk meminimalisir adanya <i>bullying</i> yang ada di pondok ketika kita bukan sebagai pelaku <i>bullying</i> atau korban <i>bullying</i>?</p>	<p>Dengan adanya kegiatan bersama di pondok, kemudian bisa mendukung korban agak tidak stress atau depresi. Bisa juga membantu melaporkan hal ini ke pihak pondok untuk ditindaklanjuti.</p>

4. Kesimpulan

Terdapat peningkatan wawasan santri tentang perundungan, sehingga diharapkan kegiatan ini menjadi upaya awal untuk mewujudkan zero violence education di lingkungan pondok pesantren. Kegiatan ini dapat menjadi model untuk kegiatan serupa di kemudian hari, karena terbukti efektif untuk meningkatkan wawasan santri, dan dapat ditindaklanjuti sebagai aktivitas nyata untuk pencegahan perundungan di lapangan.

Ucapan Terima Kasih

Tim penulis mengucapkan terimakasih kepada pimpinan dan pengasuh pondok pesantren Al Hikam, Bangkalan; KHA. Wahid Hasyim, Bangil; dan Zainul Hasan, Genggong, Probolinggo; atas penyelenggaraan kegiatan ini. Juga kepada LPPM UNUSA, UPPM FK UNUSA, atas pendanaan dan dukungan dalam kegiatan ini.

Referensi

- Bauman, S., Toomey, R. B., & Walker, J. L. (2013). Associations among bullying, cyberbullying, and suicide in high school students. *Journal of Adolescence*, 36(2), 341–350. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2012.12.001>
- Cardoso, J. B., Szlyk, H. S., Goldbach, J., Swank, P., & Zvolensky, M. J. (2018). General and Ethnic-Biased Bullying Among Latino Students: Exploring Risks of Depression,

- Suicidal Ideation, and Substance Use. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 20(4), 816–822. <https://doi.org/10.1007/s10903-017-0593-5>
- Desiree, D. (2013). *Bullying di Pesantren (Studi Deskriptif di Pesantren "X" Depok)*. Universitas Indonesia, Jakarta. Retrieved from <http://www.lib.ui.ac.id/naskahringkas/2015-09/S45216-Desiree>
- Frisen, A., Jonsson, A., & Camilla, P. (2007). Adolescents' Perception Of Bullying: Who Is The Victim? Who Is The Bully? What Can Be Done To Stop Bullying? *Adolescence*, 42(168), 750–751. Retrieved from <http://njbullying.org/documents/28031059.pdf>
- Kim, M. J., Catalano, R. F., Haggerty, K. P., & Abbott, R. D. (2011). Bullying at elementary school and problem behaviour in young adulthood: A study of bullying, violence and substance use from age 11 to age 21. *Criminal Behaviour and Mental Health*, 21(2), 136–144. <https://doi.org/10.1002/cbm.804>
- Li, Y., & Shi, J. (2018). Bullying and suicide in high school students: Findings from the 2015 California youth risk behavior survey. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 28(6), 695–709. <https://doi.org/10.1080/10911359.2018.1456389>
- Nanda, H. P., Nauli, F. A., & Novayelinda, R. (2015). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Bullying Pada Remaja. *Jurnal Online Mahasiswa*, 2(2), 1149–1159. Retrieved from <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/view/8279>
- Nansel, T. R., Overpeck, M., Pilla, R. S., Ruan, W. J., Simons-Morton, B., & Scheidt, P. (2001a). Bullying behaviors among US youth: Prevalence and association with psychosocial adjustment. *Journal of the American Medical Association*, 285(16), 2094–2100. <https://doi.org/10.1001/jama.285.16.2094>
- Nansel, T. R., Overpeck, M., Pilla, R. S., Ruan, W. J., Simons-Morton, B., & Scheidt, P. (2001b). Bullying behaviors among US youth: Prevalence and association with psychosocial adjustment. *Journal of the American Medical Association*, 285(16), 2094–2100. <https://doi.org/10.1001/jama.285.16.2094>
- Nappa, M. R., Morelli, M., Bianchi, D., Baiocco, R., Cattelino, E., & Chirumbolo, A. (2019). The dark side of homophobic bullying: The moderating role of dark triad traits in the relationship between victim and perpetrator. *Rassegna Di Psicologia*, 36(3), 17–32. <https://doi.org/10.4458/2733-02>
- Rania, D. (2019). Pengakuan Blak-blakan dari Sepupu Korban Pengeroyokan di Pondok Pesantren. Kok Segitu Teganya?! Retrieved March 1, 2019, from <https://www.hipwee.com/feature/pengakuan-blak-blakan-dari-sepupu-korban-pengeroyokan-di-pondok-pesantren-kok-segitu-teganya/>

- Sampasa-Kanyinga, H., Roumeliotis, P., & Xu, H. (2014). Associations between cyberbullying and school bullying victimization and suicidal ideation, plans and attempts among Canadian schoolchildren. *PLoS ONE*, 9(7), e102145. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0102145>
- Wang, Y., Yu, H., Yang, Y., Li, R., Wilson, A., Wang, S., ... Chen, R. (2020). The victim-bully cycle of sexual minority school adolescents in China: Prevalence and the association of mood problems and coping strategies. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*. <https://doi.org/10.1017/S2045796020000918>
- Yani, A. L., & Lestari, R. (2019). Mengalami Bullying di Pesantren : Mengamankan Diri Sendiri Walaupun tiada gunanya. *Journal of Holistic Nursing Science*, 5(1), 49-55. <https://doi.org/10.31603/nursing.v5i1.1879>

