

BIBLIOTERAPI SEBAGAI PENCEGAHAN BULLYING DI SEKOLAH ISLAM TUGASKU

(Bibliotherapy as bullying prevention in Tugasku Islamic School)

SALMA ZAHRA

Kepala Perpustakaan Sekolah Dasar Islam Tugasku

ABSTRACT

Bullying in schools is a serious issue that affects the character development of children and adolescents. Based on data from KPAI and KOMNAS ANAK, Indonesia has a high rate of bullying, with fatal consequences including suicide.

Barbara Coloroso identifies four types of bullying: verbal, physical, relational, and electronic. The impact of bullying includes depression, anxiety, and decreased motivation to learn. To address this issue, Sekolah Islam Tugasku implements the BIOLA (Bibliotherapy in Library) program in collaboration with the Counseling Department.

Bibliotherapy uses books to help students understand and overcome bullying through identification and reflection. This research employs a qualitative method, involving SD Tugasku students as subjects. The findings show that bibliotherapy is effective in developing students' self-concept, understanding, and motivation regarding bullying.

Keyword : bibliotherapy, bullying, preventing

ABSTRAK

Bullying di sekolah adalah masalah serius yang mempengaruhi pembentukan karakter anak-anak dan remaja. Berdasarkan data KPAI dan KOMNAS ANAK, Indonesia memiliki tingkat bullying yang tinggi, dengan konsekuensi fatal termasuk bunuh diri.

Barbara Coloroso mengidentifikasi empat jenis bullying: verbal, fisik, relasional, dan elektronik. Dampak bullying meliputi depresi, kecemasan, dan penurunan semangat belajar. Untuk mengatasi masalah ini, Sekolah Islam Tugasku menerapkan program BIOLA (Biblioterapi in Library) yang bekerja sama dengan Bimbingan Konseling.

Biblioterapi menggunakan buku untuk membantu siswa memahami dan mengatasi bullying melalui identifikasi dan refleksi. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan melibatkan murid SD Tugasku sebagai subjek. Hasil penelitian menunjukkan bahwa biblioterapi efektif dalam mengembangkan konsep diri, pemahaman, dan motivasi siswa terhadap bullying.

Kata kunci : biblioterapi, perundungan, pencegahan

PENDAHULUAN

Sekolah merupakan tempat pembentukan karakter bagi anak-anak dan remaja. Suasana yang mendukung untuk pembentukan tentu menentukan karakter yang akan dihasilkan. Dalam proses ini akan ditemukan masalah-masalah yang harus diselesaikan secara tepat. Salah satunya adalah kasus *bullying* di sekolah. *Bullying* atau perundungan adalah perilaku agresif yang dilakukan oleh individu atau sekelompok orang yang dilakukan secara berulang-ulang dan terus menerus terhadap korban yang tidak mampu mempertahankan diri sendiri dengan mudah (Geldrad, 2012)

Data KPAI terkait kasus di dunia pendidikan tahun 2018 ditemukan sebanyak 161 kasus yang 36 (22,4 %) diantaranya merupakan anak korban kekerasan dan *bullying* sedangkan kasus anak pelaku kekerasan dan *bullying* sebanyak 41 (25,5%). Hasil laporan ini menunjukkan bahwa banyak yang menjadi pelaku *bullying*. Dikutip juga dari laman KOMNAS ANAK menyatakan Indonesia tahun 2018 menempati posisi ke 8 dari 78 negara dengan kasus *bullying* terbanyak. Data tersebut menunjukkan perlu perhatian terhadap kasus ini, karena di tahun 2020 pun KPAI melaporkan 119 kasus *bullying* terhadap anak dan ditahun berikutnya tercatat 53 kasus yang terjadi disekolah. Salah satu akibat fatal dari pembullyingan adalah bunuh diri. Seperti kasus di Pesanggaran, Banyuwangi, seorang siswa yang berusia 11 tahun memilih untuk mengakhiri hidupnya karena tidak tahan dengan perundungan yang dilakukan oleh teman sebayanya karena ia tidak memiliki Ayah.

Barbara Colorosos, 2020 telah membagi empat bagian jenis-jenis perundungan yang dilakukan oleh masyarakat :

- a. Pertama *bullying* verbal perilaku memanggul julukan nama yang tidak disukai, celaan fitnah, kritikan kejam, penghinaan, pernyataan-pertanyaan yang bernuansa ajakan sensual atau pelecehan seksual, terror, surat-surat yang mengintimidasi dan sebagainya.
- b. Kedua, *bullying* fisik yaitu secara langsung melukai fisik seseorang seperti contoh mencubit, menendang, menampar, mencekik, mengigit dan mencubit. *Bullying* jenis ini paling tampak dan mudah untuk diidentifikasi. Orang yang secara teratur melakukan *bullying* dalam bentuk fisik, biasanya orang yang paling bermasalah dan cenderung akan beralih pada tindakan kriminal yang lebih lanjut.
- c. Ketiga, *bullying* secara relasional yaitu pelemahan harga diri korban melalui beberapa tindakan seperti pengabaian, pengucilan, atau penghindaran. Perilaku ini

mencakup sikap seperti gesture tubuh seperti pandangan tajam, helaan nafas, cibiran, tawa mengejek dan bahasa tubuh lainnya. *Bullying* dengan kategori ini sulit untuk dideteksi dari luar. Jenis bullying ini sering terjadi pada masa awal remaja, karena saat itu terjadi perubahan fisik, mental, emosi, dan seksual remaja.

d. Keempat, *bullying* elektronik

perilaku *bullying* ini terjadi melalui sarana elektronik yang ada seperti sosial media, komputer, handphone, internet. Biasanya bersifat menyinggung korban dengan menggunakan tulisan, rekamana video, atau tulisan yang sifatnya mengintimidasi. *Bullying* jenis ini biasanya dilakukan oleh remaja atau kelompok dewasa yang sudah memahami cara penggunaan sarana teknologi informasi dan media sosial.

Menurut data PISA di tahun 2018 sebanyak 52,5% siswa sekolah dasar mengalami perundungan fisik dipukul oleh teman sekelas dalam satu bulan terakhir; sebanyak 60,6% mengalami perundungan verbal diejek atau dipanggil dengan nama yang buruk oleh teman lain setidaknya sebulan sekali dan sebanyak 49,6 % siswa sekolah dasar mengalami perundungan berupa psikologis dengan bentuk dikucilkan oleh teman-temannya setidaknya sekali dalam satu bulan. terakhir (Borualogo, Wahyudi, Kusdiyati. 2020)

Dampak *bullying* terhadap korban menyebabkan depresi, kecemasan, sakit fisik, ketakutan dan rendah diri (Mu'ammam, 2017). Dalam sebuah penelitian lainnya, menyatakan bahwa *bullying* dapat mempengaruhi harga diri korban menjadi lebih pendiam, bahkan menarik diri dari lingkungannya (Harahap & Saputri. 2019). Korban perundungan juga tentu akan merasa tidak nyaman disekolahnya, dan cenderung akan mengalami penurunan semangat belajar, sesuai yang di kemukakan oleh Charles, (dalam Khadijah, 2018) dampak psikologis akibat bullying meliputi rasa takut, rasa tidak aman, dan menurunnya semangat belajar.

Kasus perundungan yang terjadi di sekolah biasanya banyak dilakukan oleh teman sekelas, tetapi kurang disadari atau tidak mendapat perhatian dan dianggap sebagai hal lumrah di sekolah. Banyak korban perundungan di Indonesia tidak disadari oleh pelaku. Korban perundungan pun hanya diam dan tidak berani. Perundungan bagaikan fenomena gunung es, kejadiannya sudah banyak terjadi tetapi Masyarakat masih abai dengan hal tersebut (Putri & Budiman, 2019).

Hal ini tentu menjadi berbanding terbalik dengan tujuan utama sekolah sebagai tempat pembentukan karakter dan juga menciptakan manusia berkualitas yang berguna bagi bangsa sesuai .untuk mengedukasi siswa-siswi di Sekolah Islam Tugasku terkait perundungan maka

perpustakaan menjalankan sebuah program yang berkolaborasi dengan bidang study Bimbingan Konseling yaitu BIOLA (Biblioterapi in Library).

Istilah *Bibliotherapy* berasal dari bahasa Yunani, yaitu *biblus* berarti buku, oleh karena itu *bibliotherapy* didefinisikan sebagai penggunaan buku-buku untuk membantu memecahkan masalah. Melalui proses ini, diharapkan murid mendapatkan pemikiran, pemahaman dan pemaknaan baru terkait *bullying*. Tujuan penggunaan buku sebagai media interaktif untuk edukasi *bullying* di Sekolah Tugasku sebagai tindakan preventif. Manfaat biblioterapi sebagai preventif sebagai sarana *mere-charge* kembali kondisi kognitif, afektif, konatif, psikomotorik dan bahkan spiritual (Agustina, Susanti. 2015). Tindakan preventif ini diharapkan dapat mengedukasi siswa-siswi terkait perundungan dan juga dampak yang akan korban alami.

Adapun tujuan penelitian ini adalah :

1. Bagaimana penggunaan Biblioterapi tentang *Bullying* di Sekolah Islam Tugasku?
2. Bagaimana fungsi Biblioterapi di Sekolah Islam Tugasku ?

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Metode kualitatif adalah langkah-langkah penelitian sosial untuk mendapatkan data deskriptif berupa kata-kata, gambar, bukan angka-angka (Lexy J, Meolong). Data-data yang diperoleh selama pelaksanaan apa adanya tanpa mengandalkan variabel-variabel. Untuk mendukung data yang ditemukan peneliti melakukan studi literasi melalui penelitian sebelumnya, buku, atau jurnal yang terkait.

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Islam Tugasku, pemilihan sebagai objek penelitian karena merupakan sekolah ramah anak dan juga sebagai sekolah sadar hukum, salah satu indikator memiliki predikat karena iklim sekolah yang sehat. Data primer adalah subjek penelitian dan informan penelitian, dalam penelitian ini yang menjadi subjek penelitian adalah murid di SD Tugasku, dimaksudkan untuk memperoleh informasi data yang dibutuhkan dalam penelitian ini. Data sekunder adalah data untuk memperkuat data primer dengan berupa foto dokumentasi, catatan hasil wawancara, rekaman hasil wawancara yang diperoleh selama penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penggunaan jenis biblioterapi yang sesuai untuk diterapkan kepada murid sebagai media preventif adalah biblioterapi afektif. Menurut Schechtman 2009 menyatakan biblioterapi dibagi menjadi 2 tipe yaitu :

1. Biblioterapi Afektif

Dalam penggunaan buku fiksi untuk membantu murid terhubung dengan pengalaman dan situasi individu disekitarnya melalui proses identifikasi. Melalui buku fiksi yang dibacakan murid bisa menambahkan nilai positif, memahami sikap antar teman, dan juga memberikan suatu solusi untuk masalah yang terjadi disekitarnya.

Dalam literatur Pardeck, 1984 menemukan 24 studi yang mendukung penggunaan positif dari buku fiksi dalam mengubah sikap klien, ketegasan klien meningkat, dan perubahan perilaku klien.

2. Biblioterapi Kognitif

Dalam pelaksanaannya, pustakawan menawarkan buku-buku kepada pasien yang sesuai dengan kesulitan mereka, dengan cara ini pasien mendapatkan nilai positif dari buku dan menerapkan dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan ini bisa menjadi pendamping dengan obat atau menjadi kegiatan penyembuhan yang utama. Fokus utama adalah yang disajikan dan relevansi dengan masalah yang dihadapi.

Pelaksanaan kegiatan ini melalui tiga tahapan :

Pra-Biblioterapi, Biblioterapi dan Pasca Biblioterapi :

- Pra Biblioterapi

Dalam tahap ini, Pustakawan dan Guru BK mempersiapkan hal-hal seperti :

- a. Berdiskusi tentang kondisi murid kelas.
- b. Guru BK dan Pustakawan menentukan koleksi yang akan digunakan
- c. Guru BK menyiapkan materi yang akan disampaikan.

- Biblioterapi

Ditahap ini, pelaksanaan Biblioterapi didalam kelas. Hal yang dilakukan adalah :

- a. Guru BK memberikan materi tentang hal yang akan disampaikan
- b. Pustakawan membacakan buku yang telah dipilih.
- c. Berdiskusi dengan murid terkait materi dan buku yang disampaikan

- d. Melakukan refleksi atau *role play* untuk mengetahui pemahaman serta tanggapan murid terkait materi yang disampaikan
- Pasca Biblioterapi :
 - a. Melakukan pengawasan oleh Guru BK dan Guru Kelas
 - b. Mengawasi perkembangan siswa.

Penggunaan biblioterapi di Sekolah didasari juga pada Fungsi Biblioterapi yang dikemukakan menurut Olan Kortner (dalam Eva Imania, 2020) adalah :

- a. Untuk mengembangkan *self-concept* individu
- b. Untuk meningkatkan pemahaman tingkah laku dan motivasi diri
- c. Untuk membentuk kejujuran
- d. Untuk membantu diri dalam menemukan jati diri dan minat lain
- e. Untuk ketahanan emosi dan tekanan mental
- f. Untuk menentukan bahwa dia bukan satu-satunya orang yang mempunyai masalah
- g. Untuk menunjukkan bahwa lebih dari satu cara untuk pemecahan masalah

Untuk mendapat gambaran mengenai fungsi yang dirasakan oleh siswa, peneliti melakukan wawancara dengan Sachi murid kelas 5 untuk mengetahui dampak kegiatan biblioterapi setelah dibacakan buku fiksi yang berjudul “Tata Kenapa?” buku tersebut bercerita tentang seorang anak yang mengalami *bullying verbal dan mengakibatkan tidak masuk sekolah akibat bullying tersebut.*

Q: Ap itu *bullying* ?

S : suatu perundungan dimana yang dilakukan oleh satu kelompok atau satu orang biasanya lebih kuat.

Q : Bila diamati oleh Sachi, apakah ada perundungan yang terjadi disekolah?

S : Banyak

Q : Jenis *bullying* apa yang biasanya terjadi disekolah? *bullying* fisik atau verbal?

S : Verbal

Q : Nah, tadi kita sudah membaca bersama-sama tentang buku ini, Tata menjadi korban *bullying* dan bila melihat efeknya sampai Tata tidak masuk sekolah. Menurut Sachi seperti apa?

S : Efeknya jadi jelek, buat Tata ga mau masuk sekolah.

Q: Kalo ada di posisi Tata, Sachi akan seperti apa?

S: Aku juga akan sedih dan mau pindah sekolah

Pernyataan diatas memberikan gambaran bahwa biblioterapi bisa meningkatkan *self-concept* individu dalam makna setiap orang yang mengalami bullying akan berdampak tidak baik. Sehingga muncul pemikiran bahwa merundung bisa merugikan orang lain. Dan Sachi tidak akan melakukan hal tersebut.

Q : Tata Ketika menjadi korban bullying akan dia hanya diam saja, menurut Sachi apa yang dilakukan Tata benar atau salah?

S : Salah

Dari jawaban ini, melalui cerita yang dibacakan Sachi bisa membandingkan antara dirinya tokoh yang ada dicerita, bahwa sikap yang diambil oleh Tata (tokoh dalam cerita) adalah salah hal ini dapat menambah motivasi diri untuk membela diri ketika mengalami *bullying*.

Q : Lalu apa yang harus dilakukan Tata?

S : Harusnya Tata lapor sama Guru.

Pernyataan diatas memberikan gambaran bahwa Sachi mencari alternatif solusi lain ketika perundungan terjadi, ini menunjukkan bahwa ia menemukan solusi lain, yang seharusnya dilakukan oleh Tata.

Melalui percakapan ini, fungsi yang didapat dari Biblioterapi bagi siswa dan siswi Sekolah Islam Tugasku adalah :

1. Mengembangkan *self-concept* individu
2. Meningkatkan pemahaman tingkah laku dan motivasi diri
3. Menunjukkan bahwa lebih dari satu cara untuk pemecahan masalah

KESIMPULAN

Pembentukan karakter anak dan remaja di sekolah serta tantangan yang muncul khususnya *bullying*. Bullying atau perundungan di definisikan sebagai perilaku agresif berulang yang menargetkan individu yang lemah. Data dari KPAI dan laporan lainnya menunjukkan prevalensi tinggi *bullying* di sekolah Indonesia yang mengakibatkan berbagai dampak negatif seperti, depresi, kecemasan, bahkan bunuh diri. Untuk mengatasi masalah ini, Sekolah Islam Tugasku mengimplementasikan program BIOLA (Biblioterapi in Library) yang berkolaborasi dengan

bidang Bimbingan Konseling. Biblioterapi adalah penggunaan buku untuk membantu memecahkan masalah psikologis. Program ini bertujuan untuk memberikan pemahaman dan solusi kepada siswa terkait bullying melalui bacaan yang dipilih secara khusus.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa biblioterapi efektif dalam meningkatkan *self-concept*, pemahaman, tingkah laku, dan motivasi siswa. Melalui identifikasi dengan tokoh dalam buku fiksi, siswa dapat memahami dampak negative bullying dan mencari solusi alternatif untuk mencari solusi alternatif untuk menghadapinya.

Daftar Pustaka

- Agustina, Susanti. (2014). *Bibliotherapy: Terapi BerQisah Melalui Buku: Seni Mengemas Nasihat Menjadi Qisah yang Menarik*. Makalah Lokakarya, 30 Oktober 2014. Bogor: Sekolah Madania.
- Borualogo, I. S., Wahyudi, H., & Kusdiyati, S. (2020). Prediktor perundungan siswa sekolah dasar, *08(01)*, 26–42.
- Coloroso, Barbara. (2007). *Stop bullying! : memutus rantai kekerasan anak dari prasekolah hingga SMU*. Jakarta: Serambi Ilmu Pustaka
- Gerldard, K. (2012). *Konseling Remaja Intervensi Praktis Bagi Remaja Beresiko*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Harahap, E., Mita, N., & Saputri, I. (2019). Dampak Psikologis Siswa Korban Bullying Di Sma Negeri 1 Barumun. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *4(1)*, 68–75.
- Mu'ammam, M. A. (2017). Hate Speech Dan Bullying Pada Anak Berkebutuhan Khusus (Studi Kasus di Sekolah Inklusi Model di Kabupaten Gresik). *Jurnal Pendidikan Islam*, *8(1)*, 2549–7146.
- Shechtman, Z. (2009). *Treating Child and Adolescent Aggression Through Bibliotherapy*. The Springer Series on Human Exceptionality. DOI 10.1007/978-0-387-09745-9_9, Springer Science & Business Media
- Tempo.co. (2018). *Hari Anak Nasional, KPAI Catat Kasus Bullying Paling Banyak*. <https://www.google.com/amp/s/nasional.tempo.co/amp/1109584/hari-anak-nasional-kpai-catat-kasus-bullying-paling-banyak>.