



IMPLEMENTASI PROYEK PENGUATAN PROFIL PELAJAR PANCASILA DALAM PENCEGAHAN PERUNDUNGAN (BULLYING) DI SMP YPU KOTA BANDUNG

Saepul Kurniawan¹, Pian Supriatna Sulaeman², Asan Azhari³
Okke Rosmaladewi⁴, Yosol Iriantara⁵

Program Studi Administrasi Pendidikan Sekolah Pascasarjana Universitas Islam Nusantara
email; pian2315@gmail.com

Naskah diterima; Mei 2024; direvisi Juni 2024, disetujui Juni 2024; publikasi online Juli 2024

Abstract

Bullying is a serious problem in the world, which can damage the physical and mental health of the parties involved. The problem of bullying cannot be ignored, especially in the school environment where at this age someone is experiencing growth which is very important for their future. Prevention of bullying can also be done through activities within the school, one of which is the Pancasila Student Strengthening Project program. This community service (PKM) aims to describe the activities of students at SMP YPU Kota Bandung, related to the Strengthening Pancasila Student Profile Project. This activity is one of the activities at school to support the implementation of the new curriculum, namely the Independent Learning Curriculum. The research method used is a qualitative method through direct observation of subjects and objects at SMP YPU Kota Bandung. Apart from that, it is also supported by documentation related to the activities carried out at the school. The results of this research were that SMP YPU Kota Bandung took the theme "Build your Body and Soul" and took the topic of the Bullying Phenomenon. This activity lasts for 1 day, students are given projects to work on both individually and in groups. In this project, students not only learn knowledge, but also involve skills and physical skills which are realized through seminars and discussions on the theme of Sexual Bullying and Prevention.

Keywords: *Independent Curriculum, Pancasila Students, Bullying*

Abstrak

Perundungan merupakan salah satu masalah serius di dunia, dimana dapat merusak fisik dan mental pihak-pihak yang terlibat. Masalah perundungan tidak bisa diabaikan begitu saja, terutama di lingkungan sekolah dimana pada usia-usia tersebut seseorang sedang mengalami pertumbuhan yang sangat penting untuk masa depan mereka. Pencegahan terhadap perundungan juga dapat dilakukan melalui kegiatan di dalam sekolah, salah satunya dengan adanya program Proyek Penguatan Pelajar Pancasila. Pengabdian masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk mendeskripsikan kegiatan siswa-siswi di SMP YPU Kota Bandung, terkait dengan adanya Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila. Kegiatan tersebut merupakan salah satu kegiatan di sekolah untuk mendukung pengimplementasian dari adanya kurikulum baru yaitu Kurikulum Merdeka Belajar. Metode penelitian yang digunakan adalah dengan metode kualitatif melalui observasi langsung terhadap subjek dan objek yang ada di SMP YPU Kota Bandung. selain itu juga didukung dengan adanya dokumentasi terkait dengan kegiatan yang dilaksanakan di sekolah tersebut. Hasil dari penelitian ini adalah SMP YPU Kota Bandung mengambil tema "Bangunlah Jiwa dan Raganya" dan mengambil topik mengenai Fenomena Perundungan. Kegiatan tersebut berlangsung selama 1 hari, siswa diberikan proyek untuk dikerjakan siswa baik secara individu maupun berkelompok. Dalam proyek tersebut siswa tidak hanya mempelajari mengenai pengetahuan saja, namun juga melibatkan ketrampilan dan fisik yang direalisasikan melalui kegiatan seminar dan diskusi bertemakan Perundungan dan Pencegahan Seksual.

Kata kunci: Kurikulum Merdeka, Pelajar Pancasila, Perundungan

A. PENDAHULUAN

Meningkatnya kekerasan terhadap anak di sekolah dari tahun ke tahun merupakan salah satu akar permasalahan bullying. Sebagai salah satu bentuk kekerasan, perundungan atau yang sering disebut dengan bullying adalah perilaku tidak menyenangkan baik verbal, fisik, ataupun sosial di dunia nyata maupun di dunia maya yang berdampak buruk bagi anak baik fisik maupun psikisnya. Berdasarkan data hasil survei Asesmen Nasional tahun 2022, sebanyak 34,51 persen peserta didik (1 dari 3) berpotensi mengalami kekerasan seksual, lalu 26,9 persen peserta didik (1 dari 4) berpotensi mengalami hukuman fisik, dan 36,31 persen (1 dari 3) berpotensi mengalami perundungan. Temuan itu juga dikuatkan oleh hasil Survei Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja, Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (SNPHAR, KPPPA) tahun 2021 yakni 20 persen anak laki-laki dan 25,4 persen anak perempuan usia 13 sampai dengan 17 tahun mengaku pernah mengalami satu jenis kekerasan atau lebih dalam 12 bulan terakhir.

Kurikulum yang diluncurkan pada tahun 2022 oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) yang kemudian dijadikan kurikulum nasional pada tahun 2023. Kurikulum ini dikembangkan sebagai kerangka kurikulum yang lebih fleksibel, sekaligus berfokus pada materi esensial dan pengembangan karakter dan kompetensi peserta didik. Kurikulum ini memberikan keleluasaan pada pendidik untuk menciptakan pembelajaran berkualitas yang sesuai dengan kebutuhan dan lingkungan belajar peserta didik.

Salah satu bagian pada kurikulum ini yaitu menerapkan pada proyek penguatan profil pelajar Pancasila. P5 merupakan upaya untuk mewujudkan pelajar pancasila yang mampu berperilaku sesuai dengan nilai-nilai pancasila, yaitu beriman dan bertakwa kepada tuhan yang maha esa, kebinekaan global, gotong royong, mandiri, bernalar kritis, dan kreatif.

Melalui sosialisasi dari pihak sekolah seperti

pembiasaan sekolah dan seminar ini diharapkan peserta didik di SMP YPU Kota Bandung diajak tidak hanya memahami tema P5 secara teori tetapi juga dalam implementasinya mereka langsung diarahkan mencari solusi pemecahannya mengenai perundungan dan pencegahan seksual. Dalam membangun seorang profil pelajar Pancasila sendiri pada realitanya harus banyak dilakukan aksi nyata dari pada pembelajaran di dalam kelas, pembelajaran yang berpusat pada siswa sangat penting karena siswa dapat berkreasi dan berinovasi melahirkan karya sebagai pelajar Pancasila yang kreatif.

IKM P5 menjadi istimewa karena penerapannya yang tidak terintegrasi dalam pembelajaran setiap mata pelajaran melainkan melainkan memiliki porsi khusus dalam setiap alokasi jam mata pelajaran. Ketika satuan pendidikan mampu mengimplementasikan p5 ini sesuai dengan esensi, alur, dan penilaiannya tentunya akan memberikan manfaat bagi satuan pendidikan, yaitu menjadikan satuan pendidikan yang lebih terbuka dan berpartisipasi aktif dan berkontribusi di lingkungan sekitarnya.

Bagi pendidik akan dapat mengembangkan kompetensinya untuk dapat bekerjasama dan berkolaborasi dalam merancang setiap alur pembelajaran proyek. Bagi peserta didik maka memberi ruang dan waktu untuk dapat peserta didik mengembangkan kompetensi dan memperkuat karakter dan profil pelajar Pancasila, merencanakan proses pembelajaran proyek profil dengan tujuan akhir yang jelas.

Hasil Survei Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja (SNPHAR) Tahun 2021 yang dilakukan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (Kemen PPPA) menunjukkan bahwa 4 dari 10 anak perempuan dan 3 dari 10 anak laki-laki berusia 13-17 tahun pernah mengalami kekerasan dalam bentuk apapun di sepanjang hidupnya.

Sedangkan data yang masuk dalam Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak (Simfoni PPA) pun menunjukkan bahwa terdapat 11.266 kasus kekerasan terhadap

perempuan dan 16.106 kasus kekerasan terhadap anak yang terjadi di Indonesia pada 2022.

Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Mendikbudristek), Nadiem Anwar Makarim secara resmi meluncurkan Peraturan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Nomor 46 Tahun 2023 tentang Pencegahan dan Penanganan Kekerasan di Lingkungan Satuan Pendidikan (Permendikbudristek PPKSP). Permendikbudristek PPKSP disahkan sebagai payung hukum untuk seluruh warga sekolah atau satuan pendidikan. Peraturan ini lahir untuk secara tegas menangani dan mencegah terjadinya kekerasan seksual, perundungan, serta diskriminasi dan intoleransi. Selain itu, untuk membantu satuan pendidikan dalam menangani kasus-kasus kekerasan yang terjadi mencakup kekerasan dalam bentuk daring, psikis, dan lainnya dengan berperspektif pada korban.

Melalui kurikulum merdeka pemerintah mewajibkan sekolah melaksanakan Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila dengan berbagai tema didalamnya, salah satu bentuk kepedulian SMP YPU Kota Bandung untuk membebaskan perundungan adalah memasukkan unsur pendidikan tentang aksi perundungan kedalam proyek P5 dengan tujuan menanamkan nilai nilai Pancasila kepada peserta didik. Mengapa hal tersebut harus kita perhatikan? Seperti yang kita ketahui bahwa perundungan memiliki efek yang luar biasa terhadap mental seseorang. Harapannya melalui proyek P5 ini siswa SMP YPU Kota Bandung menjadi lebih peka dan menjaga sikap untuk membangun lingkungan positif sehingga bullying dapat dicegah dan dihilangkan.

Perundungan telah menjadi salah satu masalah serius di dunia, dampak perundungan dapat mengancam kesehatan fisik dan mental setiap orang yang terlibat, terutama para korban perundungan. Apabila perundungan tidak ditanggapi dengan serius maka dapat mengakibatkan perilaku yang mengancam nyawa, termasuk bunuh diri.

Fenomena perundungan yang kerap terjalin pada siswa di sekolah bisa mempunyai akibat negatif yang berkelanjutan, oleh sebab itu guru selaku pemeran utama dalam pembelajaran butuh mempunyai media buat meminimalisir timbulnya fenomena tersebut. Guru sangat erat kaitannya dengan pelaksanaan media pendidikan, oleh sebab itu periset berinisiatif meningkatkan media pendidikan berbasis game selaku salah satu wujud penangkal sikap perundungan pada siswa. (Maklatenni et al, 2021) Perundungan dikira sudah terjalin apabila seorang merasa tidak aman serta sakit hati atas perbuatan orang lain padanya. Perundungan dapat diibaratkan selaku benih dari banyaknya kekerasan yang lain, semacam: tawuran, intimidasi, pengeroyokan, dll. Ada pula akibat yang disebabkan oleh perundungan untuk siswa merupakan bisa pengaruhi keahlian siswa dalam belajar serta berhubungan di dalam kelas, di mana siswa hendak hadapi serangkaian dampak emosional semacam kecemasan, stress, tekanan mental, merasa pilu serta putus asa, dan tidak dapat konsentrasi (Nuraini & Gunawan, 2021).

Pada hakekatnya, manusia adalah makhluk sosial yang memiliki kebutuhan untuk membangun relasi antar individu. Dengan menyangkut status kewarganegaraan digital yang melekat dalam diri pelajar saat ini, maka keterampilan berkomunikasi yang baik dan sopan menjadi perhatian kita bersama. Namun, pada perjalanannya, membina relasi dengan saling menghormati tidaklah mudah. Tidak sedikit kita menemukan adanya praktik perundungan yang beredar di dunia maya maupun yang kita hadapi secara langsung pada kehidupan sehari-hari dengan dalih candaan atau gurauan. Praktik perundungan yang dilakukan oleh kalangan pelajar secara verbal, secara psikis baik secara langsung ataupun melalui media sosial dapat menghambat perkembangan jiwa dan raga pelajar. Pengalaman perundungan yang dialami siswa akan menimbulkan beberapa hal seperti ketidakpercayaan diri, feeling insecure, stres, depresi hingga gangguan pencernaan dan kecemasan. Oleh karena itu, sekolah merupakan tempat yang sangat strategis dalam memfasilitasi dan mendampingi pelajar untuk terlibat aktif

dalam menerapkan nilai-nilai luhur Pancasila untuk mencegah dan menangani jika terjadi perundungan di sekitarnya serta meningkatkan kemampuan dalam memelihara kesehatan jiwa dan raga diri sendiri dan lingkungannya. Dengan siswa mengetahui dan memahami apa itu perundungan beserta bentuk- bentuk perundungan di sekitar mereka diharapkan mereka mampu untuk menjauhi perbuatan merundung dan melindungi teman yang mendapat perundungan dari orang lain. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengimplementasian Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila yang sesuai dengan Kurikulum Merdeka pada siswa – siswi SMP YPU Kota Bandung.

B. METODE PENELITIAN

Metode Pengabdian Masyarakat yang dilaksanakan dalam Implementasi P5 untuk pencegahan perundungan di SMP YPU Kota Bandung, dengan observasi langsung terhadap partisipan siswa- siswi yang bertujuan untuk mengamati secara langsung sehingga peneliti mendapatkan sumber data dan informasi yang kongkret, subjek dan objek yang ada untuk memotivasi siswa agar tidak menjadi pelaku maupun korban perundungan. Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat dengan tema Pencegahan Bullying dan Kekerasan Seksual bagi remaja berjalan dengan lancar. Kegiatan dihadiri oleh guru dan siswa Kegiatan dilaksanakan pada Jum'at, 08 Desember 2023 di SMP YPU Kota Bandung. Kegiatan dimulai dengan ice breaking yang dilakukan oleh pembawa acara untuk mencairkan suasana dan membentuk suasana akrab dengan sasaran. Selanjutnya, dilakukan penyuluhan terkait tema dan dilanjutkan dengan pemutaran video terkait perilaku bullying. Setelah video selesai diputar, pembawa acara memandu diskusi terkait video yang diputar, dimana dalam video dititik beratkan terkait cara untuk melawan apabila terjadi bullying.

Salah satu kegiatan pendidikan yang dilakukan adalah kegiatan pengabdian

masyarakat yang bermaksud untuk membekali pengetahuan praktis mengenai bullying. Kegiatan ini diselenggarakan dengan tema Pencegahan Bullying dan Kekerasan Seksual dengan tujuan untuk memberikan informasi mengenai bullying agar para peserta dapat menyikapi secara bijak di masa mendatang. Kegiatan ini telah dilaksanakan yang diikuti oleh para siswa SMP YPU Kota Bandung.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara secara langsung, penelitian ini menghasilkan bahwa di SMP YPU Kota Bandung ini telah melaksanakan kegiatan Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila atau yang biasa disebut dengan P5. Kegiatan tersebut dilaksanakan selama 1 hari, serta memiliki sebuah tema yang diambil yaitu tema Perundungan. Tema tersebut diambil ternyata dengan tujuan untuk mengedukasi para siswa mengenai maraknya perundungan yang terjadi saat ini, baik secara fisik atau lisan, baik melalui dunia maya atau dunia nyata secara langsung. Sejalan dengan adanya kurikulum baru yaitu kurikulum merdeka dan seorang pendidik dituntut untuk dapat menerapkan Profil Pelajar Pancasila sebagaimana yang telah diatur dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Permendikbud) No.22 tahun 2022 tentang Rencana Strategis Kemdikbud 2020-2024. Maka dari itu, pihak sekolah SMP YPU Kota Bandung memanfaatkan moment tersebut dengan mengambil tema Perundungan. Tema tersebut diambil untuk merefleksikan berbagai macam hal yang termasuk kedalam perundungan, sebab akibat perundungan, serta cara mencegah perundungan agar tidak terjadi di lingkungan sekolah, terutama di SMP YPU Kota Bandung. Kegiatan P5 ini, dikemas melalui beberapa subtema lagi untuk lebih mengerucutkan tema perundungan yang diambil. Masalah perundungan menjadi masalah yang penting untuk di perhatikan karena tanpa disadari dampaknya akan sangat berpengaruh terhadap kehidupan seseorang. Contohnya, seorang korban perundungan atau bullying akan

merasa mentalnya down, tidak memiliki teman, depresi, sulit bersosialisasi dengan lingkungan sekitar, merasa tidak percaya diri, mengganggu proses belajarnya di dalam sekolah dan akhirnya kan berdampak pada masa depan si korban. Depresi merujuk pada perasaan kecewa, hampa, putus asa, tidak bahagia, hilangnya minat untuk beraktivitas.

Projek penguatan profil pelajar pancasila merupakan salah satu kegiatan yang bertujuan untuk membentuk pelajar yang memiliki profil (kompetensi) yang berpendidikan, berkarakter, dan berperilaku sesuai dengan nilai-nilai pancasila. Hal tersebut berhubungan dengan 2 ciri yaitu kompetensi untuk menjadi warga negara Indonesia yang demokratis dan untuk menjadi manusia unggul dan produktif di abad ke-21 untuk menyongsong masa revolusi industri 4.0. Sehingga, pelajar-pelajar di Indonesia nantinya diharapkan dapat berkontribusi dalam hal pembangunan global yang berkelanjutan dan siap serta mampu menghadapi berbagai tantangan dunia. Sebagai dimensi kunci, Profil Pelajar Pancasila memiliki enam kompetensi. Keenamnya saling berhubungan dan saling menguatkan, sehingga agar Pelajar Pancasila mencapai Profil yang lengkap harus mengembangkan keenamnya secara bersamaan, bukan hanya sebagian (parsial). Keenam dimensi tersebut adalah: beriman dan ketakwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa, serta memiliki akhlak yang mulia; kebhinekaan di seluruh dunia; bekerja bergandengan tangan (gotong royong); mandiri; mampu bernalar dengan kritis; dan kreatif. Dimensi tersebut menunjukkan bahwa peserta didik di Profil Pancasila tidak hanya fokus pada kemampuan kognitif, tetapi juga sikap dan perilaku yang mencerminkan identitas mereka sebagai orang Indonesia dan warga dunia. Projek Penguatan Profil Siswa Pancasila memberikan kesempatan kepada siswa untuk "mengalami pengetahuan" sebagai cara untuk membangun karakter dan sekaligus belajar dari lingkungan mereka. Dengan demikian, dalam kegiatan projek ini, siswa dapat belajar tentang topik atau isu penting seperti perubahan iklim, anti-radikalisme, kesehatan mental, budaya, kewirausahaan, teknologi, dan kehidupan

demokrasi sehingga mereka dapat merespons masalah dengan cara yang tepat untuk tahap dan kebutuhan belajar mereka.

Pelaksanaan Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila (P5) di SMP YPU Kota Bandung

SMP YPU Kota Bandung melaksanakan sebuah kegiatan Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila dengan mengusung tema "Bangunlah Jiwa dan Raganya" yang kemudian pihak sekolah mengambil topik projek yaitu mengenai Fenomena Perundungan. Pelaksanaan Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila ini berlangsung selama 1 hari, mulai hari Jum'at, 08 Desember 2023. Kegiatan projek ini di implementasikan bagi siswa kelas VII, VIII dan IX SMP YPU Kota Bandung, untuk mendukung pengembangan kompetensi siswa sebagaimana yang telah dicanangkan oleh Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan melalui Kurikulum Merdeka. Selama kegiatan projek berlangsung dibutuhkan sarana dan prasarana yang sesuai untuk memaksimalkan kegiatan P5 dan untuk mencapai output yang diharapkan. Sarana dan prasarana yang akan digunakan untuk pelaksanaan P5 antara lain: artikel yang membahas tentang perundungan; foto atau gambar yang berhubungan perundungan; video bertema perundungan; kertas/buku siswa; alat tulis dan pewarna; serta asesmen penilaian projek.

Projek "Fenomena Perundungan" yang mengangkat tema Bangunlah jiwa dan raganya menciptakan kesempatan belajar siswa untuk membentuk diri sesuai dengan Profil Pelajar Pancasila yang bertujuan untuk melatih kesehatan fisik dan mental siswa secara berkelanjutan, menciptakan produk dengan mengusung tema fenomena perundungan, dan menyelesaikan masalah perundungan yang terjadi di sekitar.

Dalam pelaksanaan P5 di SMP YPU Kota Bandung, melalui beberapa tahapan proses, yaitu:

1. Pengenalan: Dalam tahap pengenalan, guru mata pelajaran berkolaborasi untuk mensosialisasikan materi Projek (pengertian, tujuan dan manfaat kegiatan projek), memperkenalkan tema projek, dan

memperkenalkan elemen dan sub elemen proyek

2. Kontektualisasi: Peserta didik diarahkan untuk dapat menggali informasi terkait perundungan di sekitar kita, melakukan survei kejadian perundungan di sekitar, menentukan bentuk-bentuk perundungan, dan menentukan jenis produk yang akan dikerjakannya
3. Aksi: Peserta didik dibawah bimbingan pendidik menyusun proposal/rencana kegiatan proyek, mempersiapkan alat dan bahan yang dibutuhkan, mengerjakan proyek dibawah bimbingan pendidik (di tempat yang sudah disepakati). Proyek di kerjakan sesuai jadwal yang sudah ditentukan kemudian peserta didik mengumpulkan produk yang sudah dibuat
4. Refleksi: Pendidik dan peserta didik melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan dan hasil proyek
5. Tindak lanjut: berdasarkan hasil refleksi, pendidik dan peserta didik merencanakan tindak lanjut terhadap proyek yang sudah dilaksanakan.

Berdasarkan tahapan-tahapan diatas, pelaksanaan P5 dengan topik Fenomena Perundungan di SMP YPU Kota Bandung terdiri dari beberapa kegiatan, diantaranya adalah:

Tahapan Pengenalan	Tahapan konstektualisasi	Tahapan Aksi	Tahapan Refleksi
1. Kenali Perundungan	5. Temukan perundungan di sekolah	9. Latih dirimu	13. Seberapa jauh kita melangkah
2. Luaskan wawasan dan perdalam pemahaman	6. Lihatlah sekitarmu	10. Proses persiapan pembuatan media	14. Tindak lanjut (menjadi Upstanders)
3. Jika aku menjadi kamu	7. Apakah aku seorang perundung?	11. Di dalam kelas aku dapat mencegah perundungan	
4. Aku belajar dari kamu (pembicara tamu)	8. Apakah aku seorang korban?	12. Guru ikut dilatih mencegah perundungan	

P5 Penjelasan terkait table diatas sebagai berikut:

1. Seorang pelaku bullying memang bermaksud menyebabkan rasa sakit pada korbannya, baik menyakiti fisik atau kata-kata atau perilaku yang menyakitkan, dan melakukannya berulang kali. Anak laki-laki lebih mungkin mengalami bullying fisik, sedangkan anak perempuan lebih mungkin mengalami bullying secara psikologis, walaupun jenis keduanya tentu cenderung saling berhubungan. Bullying adalah pola perilaku, bukan insiden yang terjadi sekali-kali. Anak-anak yang melakukan bullying biasanya berasal dari status sosial atau posisi kekuasaan yang lebih tinggi, seperti anak-anak yang lebih besar, lebih kuat, atau dianggap populer sehingga dapat menyalahgunakan posisinya. Anak-anak yang paling rentan menghadapi risiko lebih tinggi untuk di-bully seringkali adalah anak-anak yang berasal dari masyarakat yang terpinggirkan, anak-anak dari keluarga berpenghasilan rendah, anak-anak dengan penampilan atau ukuran tubuh yang berbeda, anak-anak penyandang disabilitas, atau anak-anak migran dan pengungsi. Bullying dapat terjadi baik secara langsung atau online.

2. Luaskan Wawasan dan Perdalam Pemahaman

Banyak apa yang kita ketahui adalah apa yang kita dengar dan dan kita lihat. Dari banyaknya kita mendengar, maka banyak pula kita akan mengetahui isi dunia. Kita mengetahui suatu hal pastinya ada seseorang yang memberitahu baik dengan cara apapun, bercerita, membaca karya seseorang, melihat dan lain sebagainya. Jika aku menjadi kamu

- a. Tetap tenang dan jangan mudah terprovokasi Kejadian bullying sudah pasti membuat kita gemas hingga geram saat melihatnya, tetapi bersikap sembrono dengan marah-marah bukan solusi dari kejadian ini. Kamu harus bisa tenang dan memahami situasinya terlebih dahulu. Jangan mudah terprovokasi dengan orang-orang yang salah.

- b. Tanyakan tentang kondisi mereka yang 'ter-bully' Setelah kamu selesai menenangkan diri kalian dan menetralkan pikiran kamu bisa bertanya kepada sang korban tentang kondisi mereka. Pemahaman situasi yang sebelumnya sudah kamu ketahui sebaiknya kamu sampaikan dengan cara yang benar. Hindari untuk membuat keadaan semakin rumit dan keruh saat meminta sang 'korban' menceritakan perasaannya.
- c. Beri tawaran untuk membantu mereka Tidak semua orang menyukai bantuan, sebagian dari kita mungkin lebih menyukai menyelesaikan ini sendirian atau membiarkannya begitu saja. Jadi kamu lebih baik bertanya dan menawarkan terlebih dahulu tentang niat baikmu untuk membantu mereka.
- d. Jadilah teman untuk mereka Jika kamu merasa memiliki empati yang tinggi dan tidak tega membiarkan mereka mengalami kejadian yang sama di kemudian hari, maka bertemanlah dengannya. Kamu bisa memberi bantuan, bimbingan hingga perlindungan bagi mereka. Berteman dengan orang banyak dengan tujuan membantu mereka juga akan menjadikanmu sebagai pribadi yang bermanfaat.
- e. Ajak mereka berkonsultasi Perasaan sakit hati setelah mendapat perlakuan bullying yang tidak mengenakkan mungkin masih tersimpan di dalam hati kecil para 'korbannya'. Mengajak mereka berkonsultasi atau bergabung dengan komunitas adalah salah satu cara untuk menghilangkan itu semua.

3. Aku belajar dari kamu

Saling bahu-membahu menolong orang lain mungkin hal yang sederhana bagi kita, namun bagi mereka yang mendapatkan bantuan, itu semua memiliki arti yang sangat mendalam. Jadikan dirimu sebagai seseorang yang bermanfaat, sehingga hidupmu menjadi bermakna. Temukan perundungan di sekolah

a. Verbal Bullying/ Perundungan Verbal

Jenis bullying verbal sering kali tanpa sadar dilakukan. Banyak pelaku pelaku perundungan verbal ini berdalih bahwa mereka hanya sedang melontarkan lelucon atau bercanda saja dan melabeli korban baperan jika merasa tersinggung dengan kalimat atau perkataan tidak menyenangkan yang mereka ucapkan. Perundungan verbal atau verbal bullying biasanya berupa kalimat kasar atau ejekan yang ditujukan pada seseorang. Dampak verbal bullying adalah anak atau siswa menjadi takut berbicara atau mengemukakan pendapat. Korban perundungan verbal/ verbal bullying memiliki ketakutan ketika harus tampil di muka umum karena trauma pada tanggapan atau ucapan buruk yang pernah diterimanya. Meskipun sering diremehkan, ternyata perundungan verbal memiliki efeknya jangka panjang dan sangat membekas pada korbannya.

b. Physical Bullying/ Perundungan Fisik

Berbeda jauh dengan tanda-tanda bullying secara verbal, bullying fisik dapat meninggalkan bekas yang mudah terlihat oleh Guru Pintar. Oleh karenanya, dapat dilakukan penanganannya lebih cepat dan pelaku maupun korban dapat diidentifikasi dengan segera. Ciri-ciri anak yang menjadi pelaku perundungan fisik diantaranya adalah bersifat emosional/temperamental dan kurang berempati dengan lingkungan sekitarnya. Sedangkan anak atau siswa yang menjadi korban yang menjadi korban sering menunjukkan ketakutan berlebih saat harus bertemu dengan pelakunya. Korban juga biasanya malas pergi ke sekolah, meminta pindah sekolah, atau menangis ketakutan saat teringat peristiwa bullying yang dialaminya. Penindasan fisik ternyata tidak hanya berupa pukulan atau aksi yang meninggalkan bekas atau luka pada tubuh korbannya. Bullying fisik juga dapat berupa penghadangan di tengah jalan, menggertak dengan membawa

rombongan, atau melempari dengan benda-benda kecil. Orang tua dan juga guru harus waspada ketika siswa terlihat 'ringan tangan' pada temannya atau orang di sekitarnya. Atau jangan sampai orang tua atau guru memberikan contoh yang membuat siswa menjadi pelaku bullying.

c. Social Bullying/ Perundungan

Sosial Contoh bullying sosial antara lain pengucilan atau intimidasi tidak langsung yang dilakukan secara berkelompok terhadap seseorang. Hal ini banyak sekali dicontohkan dalam film-film remaja untuk membuat mereka menyadari bahaya social bullying. Korban perundungan sosial (social bullying) biasanya akan mengalami kesulitan dalam berteman dan sering menyendiri. Hal ini dapat terjadi karena korban mungkin pernah melakukan tindakan yang tidak disukai teman-temannya, memiliki kelebihan yang menonjol sehingga menyebabkan pelaku merasa iri, atau memang memiliki kesulitan berinteraksi dengan orang lain sejak kecil. Guru Pintar tidak boleh membiarkan perundungan sosial terjadi sampai berlarut-larut karena bisa berdampak pada masa dewasa korban. Korban akan menjadi terbiasa menutup diri dan rentan mengalami depresi.

d. Cyber Bullying/ Perundungan Dunia Maya

Cyber bullying meskipun tergolong baru karena baru muncul sejak sosial media dan internet marak di kalangan masyarakat, namun sering sekali terjadi di sekitar kita. Munculnya hater yang sering kali memberikan komentar-komentar pedas pada laman media sosial merupakan salah satu contoh dari perundungan dunia maya. Bentuk-bentuk lain bullying siber misalnya status atau unggahan gambar bernada negatif yang ditujukan pada seseorang dan obrolan via aplikasi chat yang mengintimidasi korban. Jika siswa menunjukkan ekspresi yang sedih

atau marah saat membaca atau melihat komentar-komentar tidak menyenangkan pada gadget mereka, Guru Pintar harus segera mengambil tindakan.

Akibat Pernyataan Tidak pernah Jarang Kadangkadang Sering Selalu Fisik Sakit berkelanjutan Kelihan pusing, sakit perut (mulas) Sulit tidur Lemah, mual Gagap, pada Sosial Tidak percaya diri, tidak menyampaikan pendapatnya, cenderung mengikuti kemauan orang lain Punya sedikit sekali teman, cenderung menarik diri Kurangnya rasa humor Sering diejek atau ditertawakan Bahasa tubuhnya lemah, misalnya tidak ada kontak mata, kepala menunduk, badan membungkuk.

4. Apakah aku seorang perundung

Jika ternyata kamu adalah seorang perundung, maka kamu bisa menghentikannya dengan cara:

- a. Meminta maaf kepada orang yang telah kamu rundung. Kamu dapat meminta maaf lewat telepon, surat, atau media komunikasi langsung
- b. Sabarlah ketika kamu tidak secara langsung dimaafkan
- c. Temukan kegiatan yang sesuai dengan minatmu.
- d. Bercerita pada seseorang yang lebih dewasa untuk menolongmu dari kasus perundungan
- e. Terima konsekuensi dari sekolah

5. Apakah aku seorang korban

Jika aku seorang korban maka aku yang aku rasakan:

- a. Anger atau amarah sering dikaitkan dengan aksi-aksi spesifik seperti perkelahian. Jika korban perundungan tidak mempunyai kemampuan self- defense yang memadai, tentu hal ini akan sangat membahayakan nyawanya sendiri.

- b. Fear atau perasaan takut sebenarnya mampu menstimulasi korban untuk menjauhi situasi atau kondisi yang mempertemukannya dengan si pelaku, sehingga ini bisa menjamin keamanan mereka. Namun, hal ini tidak bisa menjadi solusi karena korban cenderung tidak mencari bantuan.
- c. Rejected atau perasaan ditolak oleh masyarakat atau sekitar bisa membuat korban untuk mengisolasi diri dari sosial. Hal ini memengaruhi kualitas hubungan korban dengan teman dan guru serta mengganggu kinerjanya di sekolah.
- d. Sadness atau kesedihan yang dialami korban bisa membuat mereka gelisah ketika berada di sekolah, di mana mereka harus bertemu dengan pelaku. Jika dibiarkan termanifestasi lama, bisa menyebabkan masalah kesehatan fisik (kurang tidur) dan mental (depresi).

D. KESIMPULAN

Perundungan (bullying) merupakan perbuatan tercela yang dapat mengganggu kesehatan mental maupun fisik korbannya, yang mengakibatkan prestasi belajar disekolah juga akan terhambat akibat dari bullying tersebut. Perlunya edukasi dan pemahaman tentang perilaku perundungan serta memberikan layanan pengaduan secara aman dan terjaga merupakan langkah awal bersama untuk mencegah perundungan (bullying) yang terjadi, tentunya akan berjalan apabila seluruh aspek sekolah mendukung dan berperan dalam menanamkan nilai-nilai positif dalam proyek penguatan profil pelajar pancasila pada dunia pendidikan. Proyek penguatan profil pelajar pancasila merupakan salah satu kegiatan yang bertujuan untuk membentuk pelajar yang memiliki profil (kompetensi) yang berpendidikan, berkarakter, dan berperilaku sesuai dengan nilai-nilai pancasila.

Penyuluhan dilakukan dengan menggunakan bahasa yang mudah dipahami remaja dan disampaikan dalam waktu singkat

namun telah mencakup poin-poin penting terkait pencegahan bullying dan kesehatan mental. Hasil kegiatan sesuai dengan kegiatan serupa yang dilakukan oleh Amalia et al., (2019) yang menunjukkan bahwa pengetahuan dasar remaja terhadap bullying meningkat setelah pemberian penyuluhan. Penyuluhan yang dilakukan pada remaja, baik secara langsung maupun online dapat meningkatkan kemampuan remaja dalam menjaga kesehatan mental (Prasetyo, 2021).

Proyek penguatan profil pelajar pancasila merupakan salah satu kegiatan yang bertujuan untuk membentuk pelajar yang memiliki profil (kompetensi) yang berpendidikan, berkarakter, dan berperilaku sesuai dengan nilai-nilai pancasila Sarana dan prasarana yang akan digunakan untuk pelaksanaan P5 antara lain: artikel yang membahas tentang perundungan; foto atau gambar yang berhubungan perundungan; video bertema perundungan; kertas/buku siswa; alat tulis dan pewarna; serta asesmen penilaian proyek.

Proyek “Fenomena Perundungan” yang mengangkat tema Bangunlah jiwa dan raganya menciptakan kesempatan belajar siswa untuk membentuk diri sesuai dengan Profil Pelajar Pancasila yang bertujuan untuk melatih kesehatan fisik dan mental siswa secara berkelanjutan, menciptakan produk dengan mengusung tema fenomena perundungan, dan menyelesaikan masalah perundungan yang terjadi di sekitar anak-anak yang paling rentan menghadapi risiko lebih tinggi untuk di-bully seringkali adalah anak-anak yang berasal dari masyarakat yang terpinggirkan, anak-anak dari keluarga berpenghasilan rendah, anak-anak dengan penampilan atau ukuran tubuh yang berbeda, anak-anak penyandang disabilitas, atau anak-anak migran dan pengungsi.

Diharapkan dengan adanya kegiatan ini semua orang dapat menyadari betapa buruknya dan negatifnya dampak dari sebuah perundungan, sehingga kita dapat mengantisipasi dan mengatasi apabila terjadi perundungan disekitar kita, baik di lingkungan masyarakat maupun lingkungan sekolah.

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan kemampuan kepada penulis dalam penelitian ini. Peneliti juga berterimakasih sebesar-besarnya kepada :

1. Dosen Pembimbing kami Dr. Yosol dan Dr. Okke yang telah memberikan arahan dan tuntunan kepada peneliti.
2. Rekan-rekan Mahasiswa UNINUS S2 Jurusan Administrasi Pendidikan A51
3. Kepala Sekolah SMP YPU Kota Bandung yang telah mengizinkan peneliti berkunjung.
4. Guru dan Staf SMP YPU Kota Bandung
5. Orang tua dan keluarga besar peneliti yang selalu mendukung kegiatan peneliti.

In Jurnal Psikologi Insight Departemen Psikologi (Vol. 1, Issue 1).

Setiawan, H. H. (2018). *Peran Pekerja Sosial di Sekolah dalam Menangani Perundungan*. Sosio Informa, 4(1).<https://doi.org/10.33007/INF.V4I1.1176>

Tang, I., Supraha, W., & Rahman, I. K. (2020). *Upaya Mengatasinya Perilaku Perundungan Pada Usia Remaja*. Jurnal Pendidikan Luar Sekolah, 14(2), 93. <https://doi.org/10.32832/JPLS.V14I2.3804>

DAFTAR PUSTAKA

- Nono, G. U., Hermuttaqien, B. P. F., & Wadu, L. B. (2018). *Hubungan Mata Pelajaran PPKn Terhadap Peningkatan Karakter Siswa*. Jurnal Moral Kemasyarakatan, 3(2), 52–56. <https://doi.org/10.21067/jmk>
- Nuraini, N., & Gunawan, I. M. S. (2021). *Penyuluhan Stop Bullying Sebagai Upaya Pencegahan Perilaku Perundungan yang Terjadi Pada Siswa di Sekolah*. Lumbung Inovasi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 6(2), 64–68. <https://doi.org/10.36312/linov.v6i2.573>
- Ramadhani, A., & Retnowati, S. (2013). *Depresi Pada Remaja Korban Bullying*. Jurnal Psikologi, 9(2), 73–79. www.thejakartapost.com
- Rastati, R. (2016). *Bentuk Perundungan Siber di Media Sosial dan Pencegahannya Bagi Korban dan Pelaku Forms of Cyberbullying In Social Media And Its Prevention For Victims And Perpetrators*.
- Sartana, & Afriyeni, N. (2017). *Perundungan Maya (Cyber Bullying) Pada Remaja Awal*.