

Stop Bullying, Perkuat Toleransi
(Opini Rakyatpos, 25 Februari 2020)



Oleh: MONICA ROMAULI SITUMEANG
MAHASISWA FAKULTAS HUKUM UBB

Penindasan, perundungan, perisakan, atau pengintimidasian yang dalam bahasa Inggris disebut *bullying* adalah penggunaan kekerasan, ancaman, atau paksaan untuk menyalahgunakan atau mengintimidasi orang lain. Perilaku ini dapat menjadi suatu kebiasaan dan melibatkan ketidakseimbangan kekuasaan sosial atau fisik. Hal ini dapat mencakup pelecehan secara lisan atau ancaman, kekerasan fisik atau paksaan dan dapat diarahkan berulang kali terhadap korban tertentu, mungkin atas dasar [ras](#), [agama](#), [gender](#), [seksualitas](#), atau kemampuan. Tindakan penindasan terdiri atas empat jenis, yaitu secara emosional, fisik, verbal, dan *cyber*. Budaya penindasan dapat berkembang di mana saja selagi terjadi interaksi antar manusia, mulai dari sekolah, tempat kerja, rumah tangga, dan lingkungan. Ada makna lain dari *bullying* yaitu merupakan aksi merendahkan martabat orang lain entah secara fisik seperti melakukan kegiatan kekerasan atau secara mental dengan cara mengejek.

Bullying mulai menjadi suatu isu yang sangat penting diperbincangkan. Di media sosial, *bullying* juga menjadi suatu topik yang menarik. Sangat banyak pada masa ini permasalahan yang berkaitan dengan bullying. Tanpa sadar kita telah menjadi korban atau pun pelaku *bully* dalam kehidupan kita sehari-hari. Manusia ketika merasa 'berkuasa' atau lebih kuat, maka dia tanpa sadar sering menampilkan keunggulannya secara berlebihan. Apakah dalam rangka memancing perhatian lawan jenis, atau untuk mendapatkan pujian dan sanjungan, itulah sifat dasar dari manusia, sebagai mamalia. Aksi *bullying* sampai sekarang masih saja terjadi dan dapat kita jumpai bahwa aksi ini dilakukan oleh anak-anak atau bahkan dilakukan oleh orang dewasa. Banyak korban *bullying* memilih mengakhiri hidupnya, karena tidak kuat dengan tekanan yang ia dapatkan. Selain itu, jika korban *bullying* adalah anak sekolah. Maka anak itu lebih memilih untuk tidak masuk sekolah ketimbang menjadi bahan *bullying* teman-temannya. Di kantor juga dapat kita lihat ada saja oknum-oknum yang tidak mau kalah, selalu harus mendikte orang lain dan secara kata-kata suka merendahkan orang lain. Bahkan dalam keluarga pun, kita bisa melihat sikap *bully* kalau orang tua tidak secara konsisten menghilangkan aksi *bully* dalam rumah.

Berdasarkan data dari KPAI, pada tahun 2019 pelanggaran hak anak yang paling banyak terjadi ialah kasus perundungan atau *bullying*. Dinyatakan bahwa data selama Januari hingga April 2019

ada sekitar 37 kasus terjadi di jenjang SD, dan masih ada jenjang lain seperti SMP, SMA dan perguruan tinggi. Tentu ini bukanlah angka yang kecil jika dikaitkan dengan kondisi anak SD yang kita yakini masih polos dan belum mengerti apa-apa. Dominan penyebab tingginya angka *bullying* di dunia anak-anak ialah karena kurangnya perhatian dan kasih sayang dari orang tua dan akhirnya bakal menjadikan anak menjadi orang yang kurang peduli lingkungan sekitar dan tidak memahami toleransi.

Ketika kita disadarkan bahwa kita pun bisa menjadi pelaku *bully* dan aksi *bullying* yang menimbulkan perasaan tidak enak bahkan trauma yang dalam bagi orang lain, maka kita harus mengambil aksi untuk menolak *bully* dalam segala bentuk, fisik maupun verbal. Selain sebagai pelaku atau korban, kita bisa juga menjadi saksi bisu dari *bullying*.

Lalu kenapa sampai saat ini masih saja terjadi aksi *bullying*? Jawabannya, karena kecenderungan masyarakat masa kini yang mengikuti arus membuat kehidupan sosial menjadi dua macam yaitu kaum mayoritas dan kaum minoritas. Kaum mayoritas adalah mereka yang mengikuti arus sehingga muncul rasa bahwa mereka itu “sama”. Rasa persamaan ini bisa berupa suku, agama, ras, pola pikir, dan lainnya. Kaum minoritas adalah mereka yang secara sadar maupun tidak sadar “melawan” arus milik kaum mayoritas. Secara tidak sadar itu bisa saja berupa warna kulit contohnya. Sedangkan secara sadar itu misalnya orang tersebut memiliki kebiasaan atau hobi yang unik.

Penulis berpandangan rasa inilah penyebabnya kenapa bisa terjadi *bullying*. Kaum minoritaslah yang menjadi korban *bullying* karena mereka dianggap “berbeda” dengan kaum mayoritas. Padahal dalam realitasnya, kita hidup berdampingan dengan orang yang berbeda golongan dimana keindahan perbedaan itu dengan toleransi dan rasa hormat, bukan dengan adu gengsi atau kehebatan. Cerita singkat Penulis pernah di ejek karena memiliki hobi menonton kartun jepang. Memang di organisasi Penulis anaknya lebih suka nonton film-film barat, sehingga terkadang Penulis sering di ejek gara-gara hobi Penulis.

Masih ingat pelajaran di sekolah dasar dulu? Mengenai kerukunan, mengenai persatuan, mengenai toleransi, dan negara kita dikenal sebagai negara yang rukun dan toleran? Ya, memang, hal-hal mengenai toleransi dan hormat kepada orang lain memang harus diajarkan kepada anak-anak sejak dini. Tak hanya untuk kebaikan dirinya di masa depan. Tetapi untuk orang-orang di sekelilingnya juga.

Tidakkah kita lelah dan jengah mendengar pemberitaan mengenai perseteruan dua kubu yang berkonflik? Seandainya ada rasa toleransi dan sama-sama bertoleransi juga saling menghormati, hingga bisa bicara dan menemukan jalan tengah, tak perlu ada rasa sakit hati hingga korban berjatuhan bahkan sampai pertumpahan darah.

Toleransi adalah kemampuan seseorang untuk menerima perbedaan dari orang lain. Hal ini baru bisa dilakukan oleh seseorang jika ia sudah merasakan dan memahami keterikatan, regulasi diri, afiliasi, dan kesadaran. Ketika ia sudah mampu menjaga hubungan yang sehat dan dekat, merasa berada dalam sebuah kelompok, serta merasa nyaman di dalamnya, juga mampu menilai sebuah situasi, melihat kekuatan, kebutuhan, dan ketertarikan orang lain, sedangkan rasa hormat, merupakan kemampuan untuk melihat serta merayakan nilai di dalam diri kita dan orang lain. Butuh emosi, kognitif, serta kematangan sosial. Membangun rasa menghormati adalah tantangan seumur hidup, namun prosesnya dimulai sejak dini.

Toleransi dan rasa hormat tumbuh ketika anak merasakan keamanan. Ada dua faktor dalam diri anak untuk merasakan keamanan dalam dirinya. Pertama, adalah ia harus merasa bahwa dirinya spesial, berharga, dan diterima. Jika ia merasa diterima oleh orang lain, akan lebih mudah untuknya bisa menerima orang lain.

Yang bisa kita lakukan terkait dengan aksi *bully* ini, adalah: 1) Bila kita sadar kita adalah pelaku *bullying*, maka segera hentikan; 2) Bila kita adalah korban *bullying*, maka kita harus melihat posisi kita dengan pelaku *bullying*. Memberitahu secara tegas bahwa kita tidak suka diperlakukan demikian adalah langkah pertama dan kemungkinan besar aksi *bullying* akan berhenti. Tetapi apabila tidak, maka kita perlu mengkonsultasikan dengan orang yang memiliki otoritas. Apabila tidak bisa dihindari, pertimbangkan untuk berpindah tempat untuk menghindari pertemuan. Apabila tidak terhindarkan, karena tinggal dalam satu rumah atau lingkungan, maka belajarlah untuk berdiri tegak, berkata dengan tegas tentang ketidak sukaan kita diperlakukan demikian; 3) Bila kita adalah saksi *bullying*, maka cobalah beraksi untuk menghentikan aksi *bullying* bukan malah ikut dalam aksi *bullying*.

Aksi *bullying* sering terjadi terus menerus karena kita membiarkan dan mendiamkan. Pada saat berduaan, adalah saat yang cukup tepat untuk menasehati orang untuk tidak merendahkan orang lain. Dan perlu diingat, pelaku *bullying* pada dasarnya adalah orang-orang yang kurang percaya diri, orang yang perlu merendahkan orang lain supaya dirinya merasa lebih tinggi. Melihat fenomena pada masa kini, kita bisa melihat, bahwa orang-orang yang merasa perlu 'di atas' orang lain karena adanya perbedaan suku, agama, ras atau pun golongan, pada dasarnya adalah orang-orang yang bermental *bully*. Dan orang yang bermental *bully*, pada dasarnya adalah orang yang tidak percaya diri. Karena tidak percaya diri, maka pelaku *bully* ini selalu merasa terancam, selalu merasa dizalimi, merasa dibicarakan. Pasti kita pernah bertemu dengan orang yang tidak nyaman apabila melihat sekelompok orang di ujung meja lain sedang terbahak-bahak. Entah kenapa, mereka akan langsung merasa mereka sedang dibicarakan, dihina dan yang lebih gila lagi, mereka merasa orang seberang sana sedang merencanakan sesuatu yang jahat.

Intoleransi dan perilaku *bully* adalah dua hal yang sangat dekat, sama-sama berenergi negatif. Dan mungkin memiliki jiwa yang sama. Bila kita tidak suka *dibully*, maka sudah pasti kita tidak juga suka dengan perilaku intoleransi, begitupun sebaliknya. Penulis pernah melihat video seorang ulama yang mengucapkan dalil-dalil tentang ucapan selamat natal adalah haram. Menurut beliau, apabila mengucapkan Selamat atas hari Raya Agama lain, maka itu berarti menjadi sama dengan Agama orang lain, atau mengakui keimanan orang lain. Sama dengan mengucapkan selamat ulang tahun berarti mengakui orang tersebut lahir pada tanggal tertentu. Menurut Penulis, ini adalah suatu hal yang sangat tidak nyambung. Apakah di Indonesia ini hanya ada satu agama? Dan memang orang yang beragama lain, tentu saja beriman kepada Tuhan/Pencipta/Dewa nya masing-masing. Kalau kita mengucapkan selamat Natal kepada orang beragama Budha, barulah tidak masuk akal.

Kalau kita mengakui bahwa tetangga kita beragama Kristen, maka secara akal sehatnya kita mengucapkan selamat merayakan hari raya orang Kristen. Seperti baru-baru ini ada sebuah berita yang tengah viral di bangsa mengenai seekor penyu yang tersangkut jaring nelayan dan diduga di siksa oleh para nelayan, dan langsung mendapat komentar dan kritik pedas dari para netizen yang mungkin tidak tahu kejadian nyata, sehingga langsung menganggap nelayan tersebut ingin membunuh penyu jika dilihat melalui sosial media, meskipun hal yang dilakukan nelayan itu

memang salah padahal nelayan tersebut menemukan penyu yang tersangkut dijaringnya kemudian menyelamatkannya dengan melepaskan jaring yang menempel. Setelah itu mereka ingin mengambil dokumentasi dan sekedar berfoto dengan penyu tersebut, dikarenakan penyu memiliki sifat liar dan insting alami untuk kembali ke lautan, mereka menahannya dengan cara yang salah (menginjak dan menahan). Kemudian mereka melepas penyu keperairan pantai tersebut.

Akan tetapi, netizen ataupun masyarakat sekitar memberi komentar yang mengarah kepada pembullying yang dapat merusak mental setiap orang yang mendengar ataupun menerima perkataan itu, dimana para netizen menganggap nelayan tersebut orang yang dungu, tidak cinta makhluk hidup, dan hal buruk lainnya. Padahal jika dibandingkan dengan yang membully belum tentu mereka telah menjaga lingkungan dengan baik, akan mengembalikan penyu ke habitatnya seperti yang dilakukan nelayan tersebut. Jika kita memberi komentar yang positif Penulis rasa setiap orang yang membaca juga akan mengikuti karena dapat kita ketahui sendiri bahwa negeri kita ini sangat latah akan hal-hal yang demikian. Dan pada akhirnya video tersebut telah di klarifikasi dan telah diberikan sanksi yaitu menjadi relawan konservasi satwa liar di Bangka Belitung. Sebenarnya mudah saja merealisasikan toleransi asalkan sebagai makhluk sosial kita saling menghargai satu dengan yang lain meskipun banyak perbedaan, yakni saling memahami kondisi dan keadaan.

Jadi, solusinya bagaimana mengenai aksi bullying ini? Yaitu, setiap orang harus menyadari bahwa semua manusia itu berbeda dan tidak ada yang sama persis, bahkan orang kembar sekalipun memiliki perbedaan meskipun kecil. Perbedaan inilah yang membuat kita spesial, dan dengan kelebihan masing-masing, kita bisa melengkapi kekurangan orang lain. Inilah alasan mengapa kita disebut makhluk sosial. Jika kita sadar akan hal ini maka akan muncul sikap toleransi. Sikap toleransi inilah sikap yang mampu menghargai perbedaan orang lain. Untuk kita semua, mari kita mulai saat ini berhenti melakukan *bully*, karena mungkin saja orang yang anda *bully* adalah orang yang akan menyelamatkan hidup kita di masa depan. Jika yang membaca tulisan ini adalah korban bullying, penulis minta untuk tersenyum dan nasehati dia yang membully kita, jika tidak bisa dinasihati maka kita menjauh saja, dan jika dia masih tetap berusaha membully kita, silahkan kita minta bantuan pada orang lain, manfaatkanlah organisasi bernama Komnas HAM. *Stop bullying* perkuat toleransi.(***).