

(Pembullying Anak dan Remaja jadi Trend (2

<"xml encoding="UTF-8?">

Selain itu pihak sekolah juga wajib untuk membangun lingkungan sekolah yang aman, nyaman, dan anti bullying. Ini bisa dimulai dengan menerapkan komunikasi efektif antara guru dan murid, melakukan pertemuan berkala dengan orang tua murid, hingga menyediakan bantuan kepada murid yang menjadi korban bullying. Tak luput pula Lingkungan masyarakat sangat berperan penting terhadap kondisi seseorang. Jadi, sebisa mungkin memilih dan membangun lingkungan masyarakat yang peduli terhadap perlindungan anak serta melawan keras tindakan bullying. Ada pula tindakan rehabilitasi. Ini merupakan pendekatan pemulihan yang dilakukan kepada korban dan pelaku bullying. Langkah ini dilakukan dengan tujuan agar korban dan pelaku bisa kembali bertindak seperti yang seharusnya, sesuai norma dan aturan yang berlaku. Langkah ini juga merupakan proses intervensi yang memberikan gambaran jelas kepada pembully bahwa tingkah laku bullying adalah tindakan yang tidak bisa dibiarkan berlaku di .sekolah dan di lingkungan masyarakat manapun

Cara terbaik menangani korban bullying adalah dengan membuat anak bersikap tenang dan tidak menunjukkan rasa marah, takut atau sedih ketika dibully. Tunjukkan sikap percaya diri serta gunakan bahasa tubuh yang positif , Bersikap asertif pada orang yang mem-bully atau berani mengatakan: "saya tidak suka atas apa yang kamu lakukan terhadap saya", berusaha mencegah tindakan fisik yang dilakukan orang yang mem-bully bukan membalas perilaku dari orang yang membully, melaporkan pada orang dewasa yang dipercaya, pada orang tua, saudara ataupun guru. Selanjutnya mencari teman yang baik, karena ketika berteman dengan yang baik anak akan terbawa baik sehingga terhindar dari sikap-sikap membully. Oleh karena itu harus ada orang-orang dan lembaga-lembaga masyarakat yang peduli terhadap kasus ini terutama peduli mencegah dan memberikan pemahaman dan sosialisasi kepada anak-anak dan juga kepada masyarakat tentang bahaya bullying dan dampak dari pembiaran bullying. Serta diharapkan akan semakin tumbuh kesadaran kita semua para orang tua dan guru .mengenai seriusnya permasalahan bullying atau perundungan ini

Ketika anak mengeluhkan bahwa dirinya menjadi korban perundungan, sebaiknya orang tua dan guru mendengarkan keluhan anak dan menanggapiinya secara tepat. Karena melaporkan kejadian bullying yang diketahui, juga bisa menjadi salah satu cara pencegahan. Segala tindakan bullying tidak dibenarkan, apapun alasannya. Jangan sampai anak menjadi pelaku

atau korban bullying karena langkah pencegahan bisa dimulai dari lingkungan keluarga. Mari
!ciptakan lingkungan sehat dan ramah, mulai dari diri kita sendiri. Semoga bermanfaat