

Pendekatan Konseling Realita berbasis kearifan lokal Jawa untuk mereduksi perilaku *bullying* dikalangan remaja

Muhammad Asro
Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang
asroboy950101@gmail.com

Keywords ;

Konseling realita (*reality counseling*), *bullying*, kearifan lokal jawa (*java local wisdom*)

Abstrak

Perilaku *bullying* dikalangan remaja berdampak pada relasi sosial yang buruk, mereka para korban akan merasa cemas, depresi, marah, prestasi menurun, dendam sampai bunuh diri, perilaku *bullying* juga berpengaruh buruk bagi pelaku, ia akan membentuk watak yang keras dan merasa selalu berkuasa. Perilaku ini hendaknya mendapatkan perhatian yang lebih dan membutuhkan solusi, konseling realita hadir untuk mereduksi perilaku *bullying*, dalam pendekatannya beradaptasi dengan kearifan lokal jawa. Kearifan local jawa memiliki nilai-nilai baik seperti "*sepi ing pamrih, rame ing gawe, memayu hayuning bawana*" (menjadi bebas dari kepentingan sendiri, melakukan kewajiban-kewajibannya, memperindah dunia) yang bisa beradaptasi dengan konsep konseling realita yang memandang bahwa perilaku manusia yang baik berdasarkan kebutuhan yang berarah pada aspek tanggung jawab, norma dan realita. Sehingga dalam pelaksanaannya konseling realita memiliki andil besar dalam mereduksi perilaku *bullying*.

Behavior of bullying among adolescents impact on bad social relationship, they (the victim) will feel anxious, depressed, angry, achievement decreasing, vengeance and suicide, bullying behavior has a bad impact for the subject, they will form a hard character and feel always in charge. This behavior should gain more attention and require solutions, reality counseling available to reduce bullying behavior, in its approach to adapt the Java local wisdom. Java local wisdom has good values such as "sepi ing pamrih, rame ing gawe, memayu hayuning bawana" (being free from self-interest, doing its duties, beautify the world) that can adapt with the concept of reality counseling that seeing the human behavior both based on needs that lead to aspects of responsibility, rules and reality. So in implementation of reality counseling has a big part in reducing bullying behavior.

PENDAHULUAN

Perilaku *bullying* dikalangan remaja berdampak pada relasi sosial yang buruk, mereka para korban akan merasa cemas, depresi, marah, prestasi menurun, dendam sampai bunuh diri, perilaku *bullying* juga berpengaruh buruk bagi pelaku, ia akan membentuk watak yang keras dan merasa selalu berkuasa. *Bullying* merupakan

perbuatan atau perkataan yang menimbulkan rasa takut, sakit atau tertekan baik secara fisik maupun mental yang dilakukan secara terencana oleh pihak yang merasa lebih berkuasa terhadap pihak yang dianggap lebih lemah (Coloroso, 2007). Perunduhan (*bullying*) bukanlah hanya masalah bagi korban, lebih luasnya adalah problem bagi semua anak, mereka yang menindas, mereka yang tertindas dan mereka yang menjadi

saksi kekerasan antar pribadi (American Association of School Administrators, 2009).

Menurut Nadine Crotty (2007) menjelaskan lebih dalam tentang dampak *bullying* kepada korban terbagi menjadi 2 macam yaitu gejala fisiologis dan gejala psikologis. Gejala fisiologis seperti sakit kepala, migran, gemetar, berkeringat dan merasa sakit sedangkan gejala psikologis seperti marah, kecemasan, khawatir, takut, panic, depresi, kehilangan konsentrasi, kurang motivasi, merasa terisolasi dan pikiran untuk bunuh diri. Begitupun pelaku sama halnya mendapatkan dampak dari perilaku *bullying*, menjadi agresif, menjadi mudah tersinggung, menjadi pendendam lebih banyak menggunakan rook, alcohol dan obat-obatan serta berkurang secara emosional. Selain berdampak kepada pelaku dan korban, *bullying* juga berdampak kepada seorang yang disekitarnya yang menyaksikan (*bystander*).

Maka penting bagi setiap orang dewasa memberikan perhatian dalam masalah ini, karena suatu problem perlu adanya solusi. Pendekatan konseling realita hadir dalam memenuhi solusi dari problematika *bullying* yang terjadi dikalangan remaja dengan menyesuaikan kearifal lokal pada daerah tertentu. Dalam artikel ini penulis mencoba mengadaptasi kearifan lokal jawa dalam konseling realita untuk mereduksi perilaku perunduhan (*bullying*) dikalangan remaja.

PEMBAHASAN

Dalam pembahasan artikel ini mencangkup 4 hal penting yaitu sebagai berikut:

Perunduhan (*Bullying*)

Problema perilaku *bullying* pada era modern, pesatnya jangkauan akses terhadap internet dan media sosial yang beragam sehingga *bullying* mengalami

perluasan ranah, yang dahulu perilaku *bullying* hanya dilakukan dengan bertemu dan berhadapan langsung, pada saat ini lebih mudah mengintimidasi dan menindas seseorang hanya dengan bersantai dengan koneksi internet di *smartphone*, sehingga dengan mudah seseorang yang berkeinginan melakukan *bullying*.

Isitilah perunduhan dalam dunia maya biasa dikenal dengan *cyberbully*, yakni perilaku *bully* yang dilakukan lewat akun-akun media sosial, panggilan telpon, pesan singkat, klip gambar/atau video, group obrolan, situs web dan *game* (American Association of School Administrators: 2009). Perilaku *cyberbullying* berbanding lurus dengan reaktif korban, semakin banyaknya tinggi reaktif pelaku *bully* semakin tinggi juga reaktif korban (Pandie, 2016).

Korban *bully* sangat membutuhkan bantuan dari orang lain dalam menyelesaikan masalahnya, sebab korban akan berpotensi menjadi seorang pelaku bilamana tidak ditangani dengan tepat. Dalam suatu penelitian yang dilakukan oleh Sung (2018) terdapat dua tahap dalam pembentukan pelaku *bully* pertama, yakni peran tunggal, dalam tahap peran tunggal seorang korban *bully* menjadi korban dan mengalami gangguan dari luar, kedua adalah tahap ganda yakni seorang korban yang membalaskan dendamnya melalui target yang lebih rentan karena korban merasa tertekan dan ingin melawan tapi tidak bisa sehingga membalikan keadaan tersebut kepada target yang dianggap lebih rentan baginya, hal ini bisa terhenti jika muncul beberapa factor yakni perasaan empati pelaku, intervensi positif dari teman sebaya atau orang tua dan guru. Hasil dalam penelitian tersebut meyakini bahwa guru dan orang tua harus memantau secara dekat proses perkembangan korban

dan pelaku intimidasi untuk memberikan mereka intervensi yang sesuai.

Konsep dasar konseling realita

Dalam teori konseling realita memandang bahwa semua perilaku manusia didasari dari dalam diri (internal) bukan dorongan dari luar (lingkungan). Terdapat lima pandangan utama dalam memandang perilaku manusia, pertama, perilaku manusia untuk memenuhi kebutuhannya yaitu (kebutuhan untuk bertahan, kebutuhan mencintai dan memiliki, kebutuhan untuk kekuasaan, kebutuhan untuk kebebasan, dan kebutuhan untuk kesenangan), kedua, Tindakan manusia adalah keinginan dan persepsi, ketiga, perilaku manusia dibentuk dari tindakan, perilaku, perasaan dan fisik, keempat perilaku manusia dibentuk dari tindakan, perilaku, perasaan dan fisik, kelima, manusia melihat dunia melalui sistem perseptual (Wubbolding dalam Corey, 2013). Karena manusia berperilaku untuk memenuhi kebutuhannya (kebutuhan untuk bertahan, kebutuhan mencintai dan memiliki, kebutuhan untuk kekuasaan, kebutuhan untuk kebebasan, dan kebutuhan untuk kesenangan) maka dapat dikategorikan dalam 2 identitas yaitu gagal dan berhasil, yang dapat dilihat dari 3 kriteria yaitu: tanggung jawab (*responsibility*), realitas (*reality*), dan norma (*right*).

Dalam penerapannya konseling di Indonesia selama ini menggunakan teknik-teknik yang diadopsi dari luar negeri belum banyak penelitian dalam menambah khazanah berbaur dengan kebudayaan Indonesia. Oleh sebab itu penulis bermaksud mengakulturasi konsep dasar ilmu konseling dengan kearifan lokal daerah, maka hasil akhirnya adalah menjadi konselor Indonesia, bukan konselor di Indonesia.

Kearifan lokal jawa

Kearifan lokal (*local wisdom*) terdiri dari dua kata yaitu kearifan (*wisdom*) dan lokal (*wisdom*) berarti kebijaksanaan, sedangkan lokal berarti setempat. Dengan demikian, kearifan lokal atau kearifan setempat dapat dipahami sebagai gagasan-gagasan dan pengetahuan setempat yang bersifat bijaksana, penuh kearifan, bernilai baik, dan berbudi luhur yang dimiliki, dipedomani, dan dilaksanakan oleh anggota masyarakatnya (Sibaran, 2012)

Menurut Balitbangsos Departemen Sosial RI (2005: 5-15) kearifan lokal itu merupakan kematangan masyarakat di tingkat komunitas lokal yang tercermin dalam sikap, perilaku, dan cara pandang masyarakat yang kondusif di dalam mengembangkan potensi dan sumber lokal (material maupun non material) yang dapat dijadikan sebagai kekuatan di dalam mewujudkan perubahan kearah yang lebih baik atau positif. Dengan pernyataan itu, kearifan lokal merupakan milik masyarakat yang bersikap dan berkepribadiannya matang untuk mampu mengembangkan potensi dan sumber lokal dalam melakukan perubahan kearah yang lebih baik. Nilai kearifan lokal perlu dipahami bahwa nilai positif pada komunitas masa lalu belum tentu semuanya positif pada komunitas sekarang ini. Dengan demikian kearifan yang bisa dimanfaatkan bersumber dari nilai budaya yang masih dapat dimanfaatkan untuk masa sekarang demi peningkatan kesejahteraan.

Salah satu nilai kearifan lokal jawa adalah “*sepi ing pamrih, rame ing gawe, memayu hayuning bawana*” maksudnya yaitu “sebaiknya tidak mengutamakan kepentingan pribadi, dan giat rajin melakukan kewajiban untuk ketentraman masyarakat dan dunia”. Menurut Magnis

–Suseno (1988: 139-159) dalam menjalankan nilai luhur tersebut ia membagi melalui empat dalil sikap yaitu:

1. Sikap batin yang tepat
Batin yang tepat dapat diartikan sebagai cara berfikir yang benar, direalisasikan melalui *mawas diri*, yaitu sikap batin yang mengintrospeksi tentang keadaan diri individu sendiri.
2. Tindakan yang tepat
Tindakan yang tepat adalah perwujudan dari *rame ing gawe* yang berarti rajin bekerja menjalani kewajiban untuk kepentingan keseluruhan masyarakat.
3. Tempat yang tepat
Bagi masyarakat Jawa mampu bertindak secara benar berarti ia telah memenuhi kewajiban yang telah ditentukan oleh posisi sosial yang seseorang tempati.
4. Pengertian yang tepat
Pengertian yang tepat berkenaan tentang kemampuan manusia dalam memahami bagaimana ia harus bersikap batin yang tepat, bagaimana ia harus bertindak yang benar, dan dimana ia harus menempatkan diri secara tepat dalam hubungan sosial dalam masyarakat dan keselarasan dengan lingkungan.

Konseling realita berbasis kearifan lokal Jawa untuk mereduksi perilaku *bullying*

Akukturasi konsep dasar konseling realita dengan kearifan lokal Jawa dapat dilihat dari beberapa aspek :

1. Perilaku manusia untuk memenuhi kebutuhannya dalam konseling realita memiliki lima kebutuhan dasar yaitu kebutuhan untuk bertahan, kebutuhan mencintai dan memiliki, kebutuhan untuk kebebasan, dan kebutuhan untuk kesenangan dengan melakukan *mawas diri* yakni control diri dengan

tindakan yang tepat, tempat yang tepat dan pengertian yang tepat.

2. Pemenuhan kebutuhan manusia dalam konseling realita terdapat dua kategori yaitu identitas berhasil dan identitas gagal dengan berdasarkan kriteria tanggung jawab, sesuai dengan realita dan norma yang ada. Dalam akulturasi tindakan manusia berdasarkan 3r dengan kearifan lokal pertama, adalah tanggung jawab diartikan sebagai tindakan yang tepat maksudnya adalah dalam pemenuhan kebutuhan manusia haruslah rajin dalam bekerja sebagai rasa tanggung jawab terhadap diri sendiri. Kedua, norma dan tempat yang tepat adalah manusia dalam pemenuhan kebutuhannya dapat menempatkan diri dalam masyarakat artian bisa mentaati aturan yang ada. Ketiga, realita dan pengertian yang tepat adalah sifat kepekaan dalam menempatkan diri terhadap hubungan sosial dimasyarakat dan perhatian terhadap lingkungan.

Berkenaan dengan perilaku menyimpang dikalangan remaja, terutama *bullying* sangatlah sesuai diterapkan dengan pendekatan konseling realita berbasis kearifan lokal Jawa. Dalam pandangan teori terapi realita perilaku *bullying* termasuk dalam perilaku psikopatologi (peribadi tidak sehat) karena perilaku ini tidak sesuai dalam pemenuhan kebutuhan manusia khususnya kebutuhan akan kekuasaan dan kesenangan dengan cara yang tidak baik dan benar. Seorang remaja yang berperilaku *bullying* baik secara langsung ataupun melalui *cyberbullying* tidak sesuai dengan tanggung jawab, realita dan norma. Begitupun perilaku ini menyimpang dari kearifan lokal Jawa yang seharusnya manusia berperilaku berdasarkan tindakan

yang tepat, sikap batin yang tepat, tempat yang tepat dan pengertian yang tepat.

Dalam penerapan kearifan lokal didalam konseling realita dalam mereduksi perilaku *bullying* dengan menggabungkan kearifan lokal jawa kepada konseli, sehingga selain ia mendapatkan layanan konseling, ia juga akan mengingat kembali apa nilai-nilai budaya yang telah ditanamkan sejak kecil, hal ini sangat membantu proses konseling, konseli akan lebih mudah berpedoman dengan norma yang sudah melekat dalam dirinya ketika ia melakukan kesalahan dalam perilaku.

SIMPULAN

Perilaku *bullying* dikalangan remaja adalah hal yang tidak baik dan butuh perhatian lebih dari orang dewasa. Perilaku ini berdampak buruk bagi pelaku, korban dan orang sekitar yang menyaksikannya baik dampak fisik maupun dampak psikologis. Konseling realita berbasis nilai kearifan lokal jawa hadir sebagai solusi dalam mereduksi problem remaja, khususnya perilaku *bullying*. Dengan menggunakan pelayanan konseling realita yang dipadukan dengan nilai kearifan lokal jawa sehingga pelaku maupun korban dan orang yang berada disekitarnya mendapatkan layanan konseling dan juga kembali mengenal nilai-nilai kearifan budaya yang tertanam di daerahnya.

Dalam artikel ini memiliki keterbatasan karena belum dapat menjelaskan secara terperinci dalam prosedur konseling realita berbasis kearifan lokal jawa. Selain itu keterbatasan dalam penerapannya hanya dalam lingkup masyarakat jawa, karena perbedaan kultur yang ada oleh karenanya perlu adanya perluasan penerapan konseling realita

disesuaikan dengan kondisi kearifal lokal daerah masing-masing.

DAFTAR PUSTAKA

Coloroso, Barbara. (2007). *The Bully, The Bullied, and The not so innocent Bystander*. New York: Weekly.

American Association of School Administrators. (2009). *Bullying at School & Online, Quick Facts for Parents*. New York: Education.com

Crotty, Nadine. (2007). *Let's Beat Bullying*. Phnom Penh. The Nasional Health Programme.

Sung, Yu-Hsien, dkk. (2018). Double trouble: The developmental process of school bully victims. *Children and Youth Services Review* 50190-7409(18)30047-1.

Pandie, Mira Marleni & Ivan Th.j. Wiesmann, (2016). Pengaruh *Cyberbullying* di Media Sosial Terhadap Perilaku Reaktif Sebagai Pelaku maupun Sebagai Korban *Cyberbullying* Pada Siswa Kristen SMP Nasional Makassar. *Jurnal Jaffray*, Vol. 14, No. 1,

Corey, G. (2013). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy Ninth Edition*. United State: Cengage Learning.

Sibaran, Robert. (2012). *Kearifan Lokal : Hakikat, Peran, dan Metode Tradisi Lisan*. Jakarta: Asosiasi Tradisi Lisan (ATL).

Balitbang-Depsos RI. (2005). *Tinjauan tentang Kearifan Lokal*. Jakarta: Pusat Pengembangan Ketahanan Sosial Masyarakat.

Magnis, Franz & Suseno Sj. (1984) *Etika Jawa : Sebuah Analisa Falsafi tentang Kebijakan Hidup Jawa*. Jakarta: PT. Gramedia.