

Bullying

Bullying (perundungan/perisakan/penindasan) adalah perilaku seseorang yang menggunakan kekuatan untuk menyakiti atau mengintimidasi orang2 yang lebih lemah darinya (KBBI). Perilaku bullying mencakup empat criteria (olweus, 1991), yaitu:

1. Bersifat agresif dan ingin menyakiti.
2. Dilakukan berulang kali
3. Terjadi dalam hubungan yang memiliki ketidak keseimbangan ikatan.
4. Terjadi tanpa adanya provokasi dari korban bullying.

Jenis Perilaku Bullying:

- **Bullying verbal**

Mencela, menfitnah, menggunakan kata2 kasar

- **Bullying Fisik**

Memukul, menendang, melempar, meludahi dan segala bentuk kekerasan fisik.

- **Cyberbullying**

Segala bentuk tindakan yang dapat menyakiti orang lain dengan sarana media elektronik (rekaman video intimidasi, pencemaran nama baik lewat media social), mengunggah komentar jahat, menyebarkan rumor atau berita bohong dan informasi negatif.

- **Relational Bullying**

Mengabaikan, mengucilkan, mencibir dan mengasingkan seseorang dari komunitasnya.



Pelaku Bullying Memiliki karakter lebih kuat dan berkuasa dari pada korbannya. Pelaku memiliki dua motivasi utama yaitu untuk membalas dendam atas perlakuan temannya dan untuk mendapatkan kekuasaan diantara teman sebaya. Pelaku aktif adalah pelaku secara aktif memulai perilaku bullying dengan niat menyakiti korban. Sedangkan Pelaku pasif adalah indivisu yang seria pada pembuli yang agresif.

Saksi Bullying, adalah yang menyaksikan tindakan bullying namun tidak turut serta didalamnya. Mereka berteman dengan pelaku maupun korban dan mereka yang encoba untuk menghentikan

Sebagai **Saksi Bullying**, harus Berani!

- Melerai.
- Mendamaikan
- Memberikan dukungan pada korban.
- Melaporkan pada pihak yang berwajib.

Korban Bullying, Biasanya korban Bullying adalah individu yang pencemas, merasa tidak aman, pendiam, takut, mudah menangis apabila diganggu dan sedikit memiliki teman.

Sebagai **Korban Bullying**, kita harus **HADAPI!**

Hargai dirimu

Abaikan komentar2 negatif.

Dekatkan diri dengan lingkungan positif

Ambil dan kumpulkan bukti-bukti.

Pastikan kamu mencari bantuan yang tepat.

Isi harimu dengankegiatan bermanfaat.

Reference #psikologpeduli



**Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi
Kepulauan Bangka Belitung**
Jln. Jendral Sudirman No.345, Sungailiat



Klinik Psikologi

Psikolog RSJD Prov. Kep. Babel

Sefrita Danur, S.Psi. M.Psi

Rakhmawati TL, S.Psi.,M.Psi

Mita Octarina, S.Psi.,M.Psi

Astry Evana Putri Haloho, S.Psi.,M.Psi

Jam Layanan :

Senin - Kamis

08.00 - 14.00 WIB

Jum'at

08.00 - 11.30 WIB

Sabtu

08.00 - 12.00 WIB

