



Pelatihan
**PENGEMBANGAN RESILIENSI SEKOLAH UNTUK MENGURANGI BULLY DI
SEKOLAH BERBASIS MODAL SOSIAL**

Siti Irene Astuti Dwiningrum. siti_ireneastuti@uny.ac.id

Ariefa Efaningrum. efianingrum@uny.ac.id

Riana Nurhayati. Riana_nurhayati@uny.ac.id

LPPM
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Latar Belakang Masalah

Data Komisi Perlindungan anak Indonesia (KPAI) mencatat, sebanyak 84% siswa pernah mengalami kekerasan disekolah dengan perbandingan 7 dari 10 siswa, dan 45% siswa laki-laki menyebutkan bahwa guru atau petugas sekolah merupakan pelaku kekerasan.

(Kompasiana.com)

Peningkatan kekerasan pelajar menjadi fenomena global dengan bentuk yang beragam,
→ **School Bullying** (perudungan), seperti shooting (penembakan di sekolah), dan school murder (pembunuhan di sekolah) yang umumnya pelakunya individu (Dermark, 2005)

KPAI tahun 2010-2011 menunjukkan angka tawuran pelajar meningkat dari **128** menjadi **339** kasus (edukasi.kompas.com). Kekerasan pelajar marak terjadi di sejumlah kota, khususnya **Jakarta, Yogyakarta, dan Makassar.**

Reproduksi kekerasan membutuhkan penanganan yang komprehensif → Resiliensi sekolah penting dikuatkan di sekolah untuk membangkitkan sekolah dari keterpurukan dan penyesuaian terhadap berbagai permasalahan

Resiliensi sekolah akan mengurangi reproduksi kekerasan dan membangun sekolah ramah bagi siswa sehingga mereka mampu mengembangkan pribadi yang resilien dan berkarakter

UNTUK MERESPON DAN BERADAPTASI TERHADAP PERUBAHAN YANG AKSELERATIF MAKA KITA HARUS RESILIENCE ?



*Doing Well from the
Inside Out programme*



Pengembangan Resiliensi Sekolah untuk Mengurangi Bully di Sekolah Berbasis Modal Sosial



Mengenal Perilaku Bully

- Melepaskan diri dari masalah bully
- Pentingnya membangun sekolah anti bully
- Dampak perilaku bully



Membantu pribadi yg resilien dan berkarakter

- Menuju pribadi resilien dan berkarakter
- Memperkuat rasa percaya diri
- Membangun komunikasi efektif dan empatik
- Mempersiapkan skill masa depan yang sukses



Membangun Sekolah "Zero Bullying" dengan Modal Sosial

- Membangun Resiliensi Sekolah
- Mengembangkan modl Sosial di Sekolah
- Kebijakan Sekolah Anti Bully

Melepaskan diri dari masalah Bully

1. Membangun dan mengembangkan hubungan harmoni siswa dengan lingkungan rumah dan sekolah sebagai lingkungan yang aman dari tindak kekerasan
2. Membangun kesadaran bersama tentang masalah bullying dan cara mengurangi perilaku bully.

Dampak Perilaku Bully

Pentingnya Membangun Sekolah Anti-Bully

1. Membantu peserta mengenal ciri sekolah yang memiliki anti-*bully*
2. Membantu peserta berperan dalam membangun sekolah anti-*bully*
3. Memotivasi peserta berproses menjadi pribadi sadar membangun sekolah anti-*bully* melalui "*learning experience*"

1. Membantu peserta menganalisis dampak perilaku bully
2. Membantu peserta berperan mengatasi perilaku bully
3. Memotivasi peserta berproses menjadi pribadi yang sadar mengatasi dampak bully dengan "*learning experience*"

Menjadi Pribadi Yang Resilien dan Berkarakter

Pribadi yang Resilien dan Berkarakter

1. Kemampuan Mengenali pikiran dan struktur kepercayaan
2. Kemampuan mengatasi kesulitan yang dialami (traumatik)
3. Memotivasi pribadi mencapai prestasi terbaik
4. Mengasah rasa empati
5. Mampu mengidentifikasi faktor pembentuk resiliensi personal (regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, analisis kausal, empathy, self efficacy, dan reaching out)
6. Membantu peserta mengenal kekuatan dan kelemahan pribadi
7. Memotivasi peserta mengembangkan pribadi yang resilien

Mempersiapkan Sill Masa Depan

1. Memberi metode alternatif mengenali sebab pokok dari masalah
2. Mempraktekkan teknik berpikir divergen
3. Aturan dan sumbang saran sebab

Merajut Kerjasama dan Percaya Diri

1. Menggali unsur-unsur dalam mengembangkan resiliensi personal
2. Memetakan nilai kerjasama dan kepercayaan diri dalam membangun resiliensi personal
3. Memotivasi dalam penguatan kerjasama dan percaya diri peserta
4. Membangun semangat dalam mengembangkan resiliensi personal
5. Memetakan unsur-unsur rsiliensi personal yang telah dimiliki
6. Memilih cara dan strategi penguatan resiliensi personal

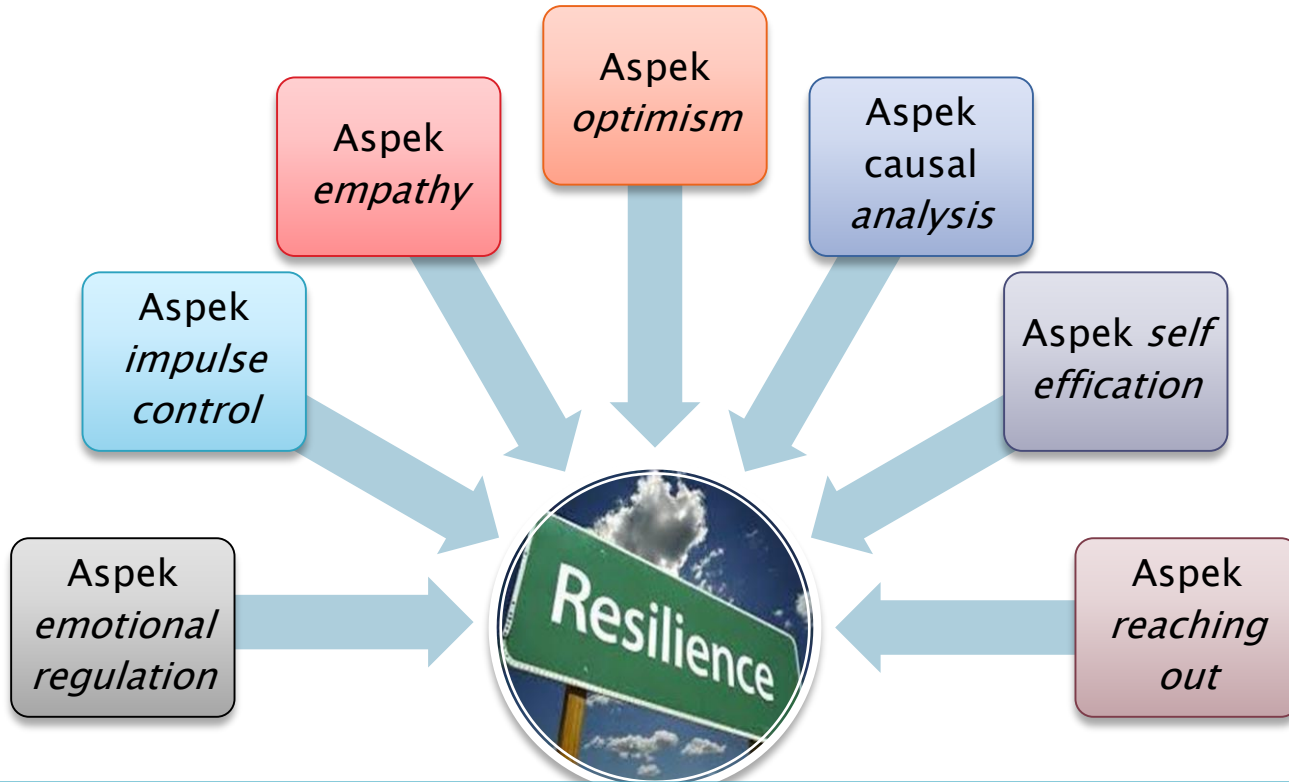
Membangun Komunikasi Yang Empatik dan Efektif

1. Menggali pemahaman komunikasi empatik dan efektif
2. Memetakan kemampuan komunikasi empatik dan efektif
3. Memotivasi kemampuan komunikasi empatik dan efektif.

PENGERTIAN RESILENSI

- ❑ Kapasitas merespon secara sehat dan produktif ketika berhadapan dengan kesengsaraan atau trauma, yang diperlukan untuk mengelola tekanan hidup sehari-hari. Reivich dan Shatte (2002: 1)
- ❑ Kemampuan bertahan dan tetap stabil dan sehat secara psikologis setelah melewati peristiwa-peristiwa yang traumatis.(Samuel 2010)
- ❑ Kemampuan beradaptasi secara positif ketika dalam kondisi yang tidak menyenangkan dan penuh resiko. Nurinayanti dan Atiudina (2011: 93)
- ❑ Kemampuan bangkit kembali dari pengalaman negatif yang mencerminkan kualitas bawaan dari individu atau merupakan hasil dari pembelajaran dan pengalaman.
- ❑ Kemampuan individu untuk beradaptasi dan berkembang secara positif. (Roberts (2007: 17)

Menjadi Pribadi Yang Resilien dan Berkarakter



Resiliensi merupakan kemampuan beradaptasi terhadap situasi-situasi yang sulit dalam kehidupan

Faktor Pembentuk Resilien Personal

Reivich, K. & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor*. New York: Broadway Books.

Emotional Regulation

- Kemampuan untuk tetap tenang dalam situasi yang penuh tekanan.
- Individu yang resilien akan menggunakan ketrampilannya untuk mengontrol emosi, atensi & perilakunya.
- Penting untuk menjalin hubungan interpersonal, kesuksesan kerja & mempertahankan kesehatan.

Impulse Control

- Berkaitan erat dengan kemampuan regulasi emosi.
- Kontrol impuls kuat – regulasi emosi tinggi.
- Kontrol impuls lemah – cenderung menerima keyakinan secara impulsive.

Optimism

- Individu yang resilien adalah individu yang optimis.
- Yakini bahwa berbagai hal dapat berubah menjadi lebih baik.
- Punya harapan masa depan & percaya dapat mengontrol arah kehidupannya.
- Lebih sehat, lebih produktif dalam bekerja, berprestasi lebih baik di sekolah, tidak mudah stress.

Causal Analysis

- Kemampuan untuk mengidentifikasi penyebab permasalahan secara akurat.
- Cenderung tidak akan membuat kesalahan yang sama.

Empathy

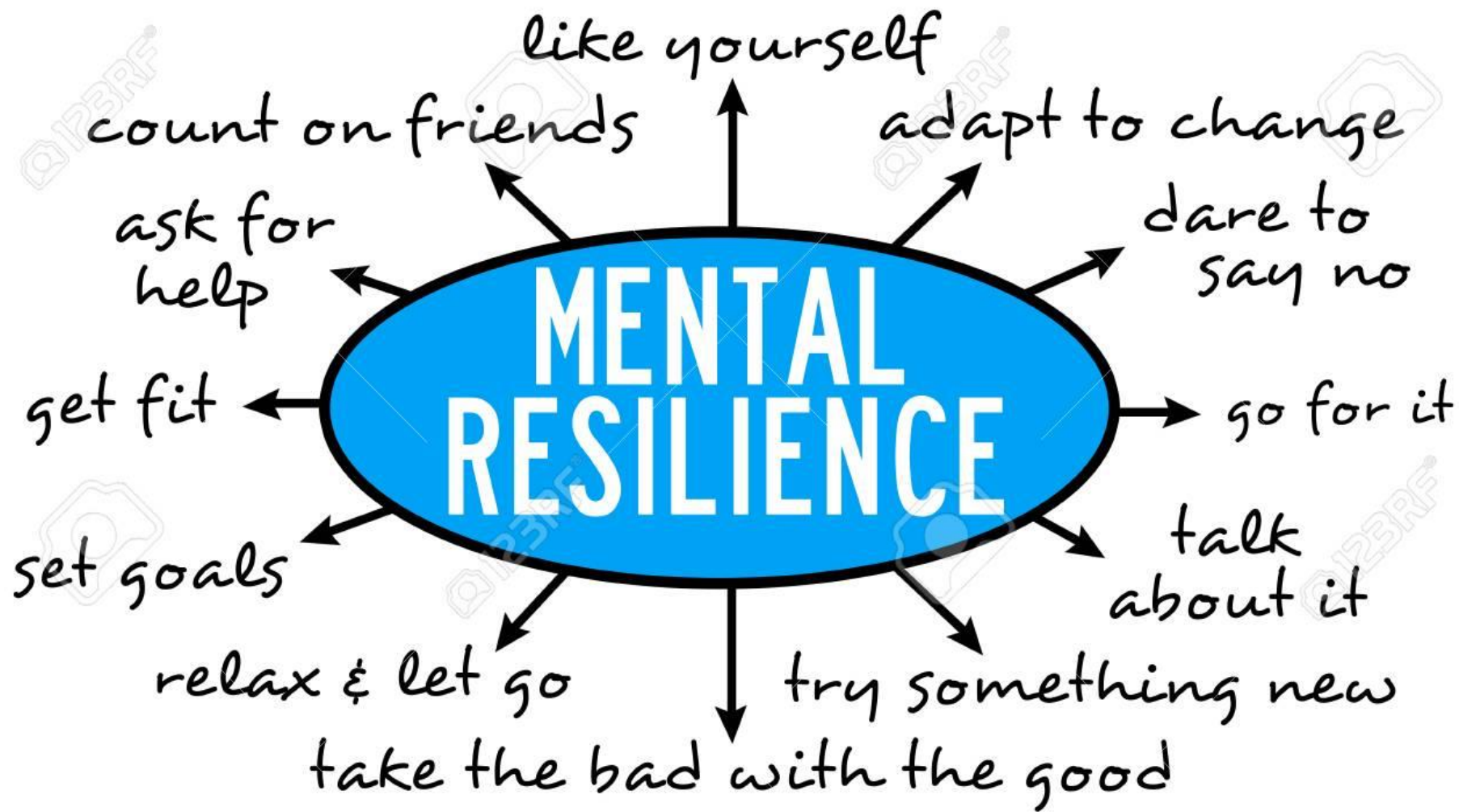
- Kemampuan membaca kondisi psikologis & emosi seseorang.
- Baik dari perilaku verbal or non verbal : bahasa tubuh, ekspresi wajah, nada suara

Self-Efficacy

- Keyakinan seseorang bahwa ia dapat memecahkan masalah yang dihadapi & keyakinan terhadap kemampuannya untuk mencapai sukses.
- Cenderung menjadi pemimpin di lingkungannya.

Reaching-Out

- Kemampuan untuk mencapai keberhasilan.
- Individu yang selalu ingin meningkatkan resiliensi merupakan sumber aspek-2 positif dalam kehidupannya.



Build, strengthen and promote supportive relationships

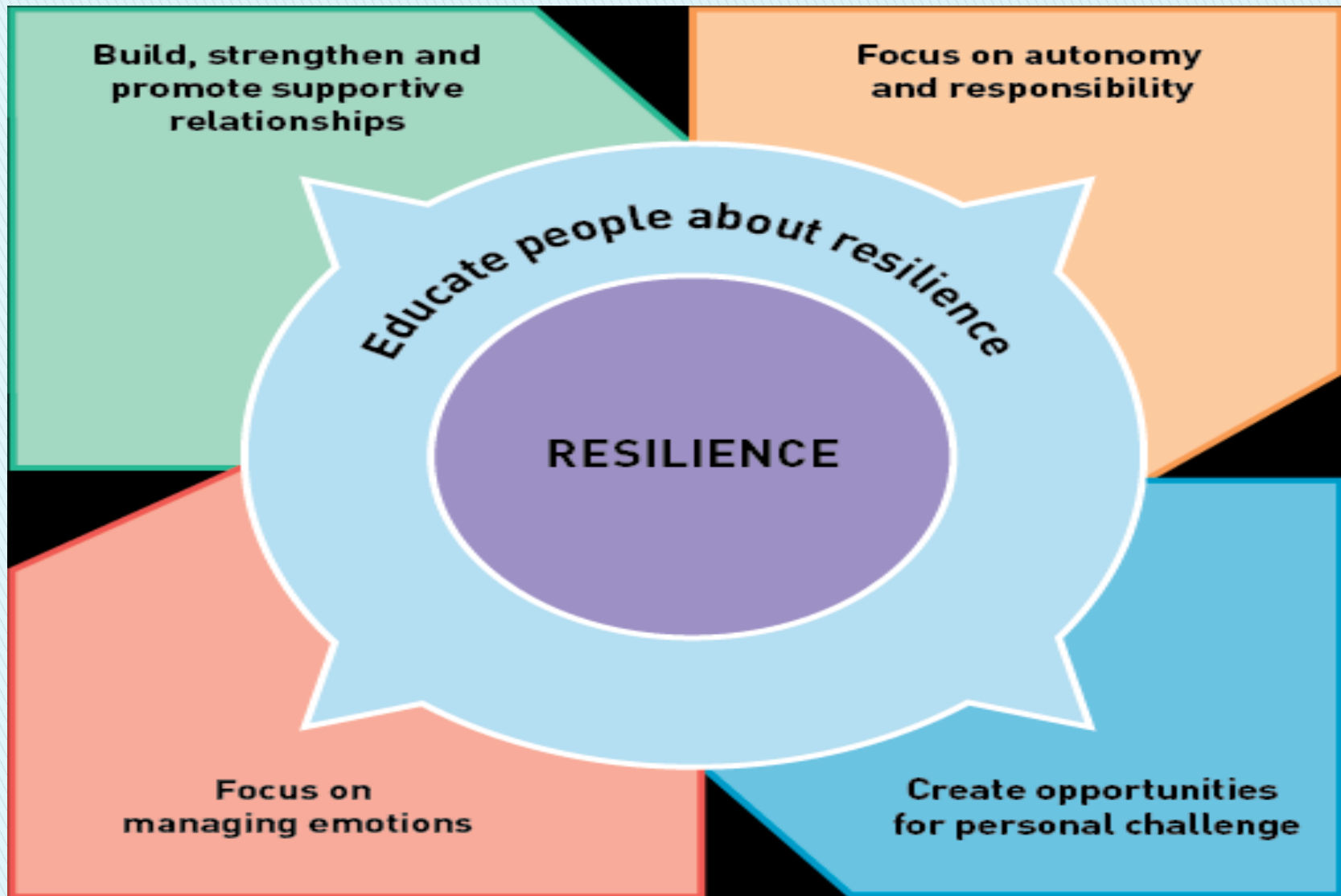
Focus on autonomy and responsibility

Educate people about resilience

RESILIENCE

Focus on managing emotions

Create opportunities for personal challenge



RESILIENSI SEKOLAH

- membangkitkan keterpurukan dan penyesuaian terhadap berbagai tuntutan perubahan pendidikan abad 21.
- Hal ini terkait dengan adanya kemampuan guru untuk mengembangkan kompetensi akademik sosial dan vokasional (Ririkin dan Hoopman dalam [Henderson & Milstein](#), 2003, pp. 11-26; Esquivel, Doll & Oades-Sese, 2011, pp. 649-651).
- Sekolah berperan untuk mengembangkan resiliensi siswa dan guru yang sangat diperlukan untuk menghadapi berbagai perubahan maupun untuk mitigasi bencana.
- Guru berperan dalam mengembangkan resiliensi siswa. Keterlibatan guru dalam peningkatan resiliensi sekolah ternyata ditentukan oleh banyak aspek, seperti halnya kompetensi personal, kompetensi sosial, budaya sekolah, sarana prasarana sekolah ([Henderson & Milstein](#), 2003; [Kiswarday](#), 2006; [Condly](#), 2006; [Poliner & Benson](#), 2013).

Aspek Pembentuk Resiliensi Sekolah



Aspek meningkatkan hubungan dengan sekolah

Aspek menetapkan aturan yang jelas dan konsisten

Aspek mengajarkan kecakapan hidup

Aspek kepedulian dan dukungan

Aspek merealisasikan dan mengkomunikasikan harapan yang diajar

Aspek kesempatan untuk berpartisipasi

MEMBANGUN RESILIENSI SEKOLAH

Mengurangi Faktor-faktor Resiko

“Increase bonding”

(meningkatkan ikatan dg sekolah)

“Set clear and consistent boundaries”

(menetapkan aturan yg jelas & konsisten)

“Teach life skills”

(mengajarkan kecakapan hidup)

Membangun Resiliensi

“Provide caring and support”

(kepedulian & dukungan)

“Set and communicate high expectations”

(merealisasikan & mengkomunikasikan harapan-harapan yang tinggi)

“Provide opportunities for meaningful participation”

(memberikan kesempatan untk patisipasi)

Membangun Sekolah “Zero Bullying” dengan Modal Sosial

Membangun Resiliensi Sekolah

1. Membantu peserta mengenal defenisi dan fungsi sekolah
2. Membantu peserta mengingat kembali peran penting dari pengalaman dan pendidikan yang diperoleh dari sekolah dalam membentuk pribadi yang resilien dalam membangun seolah anti bully
3. Memotivasi peserta berproses menjadi pribadi yang berkarakter melalui “*learning experince*”

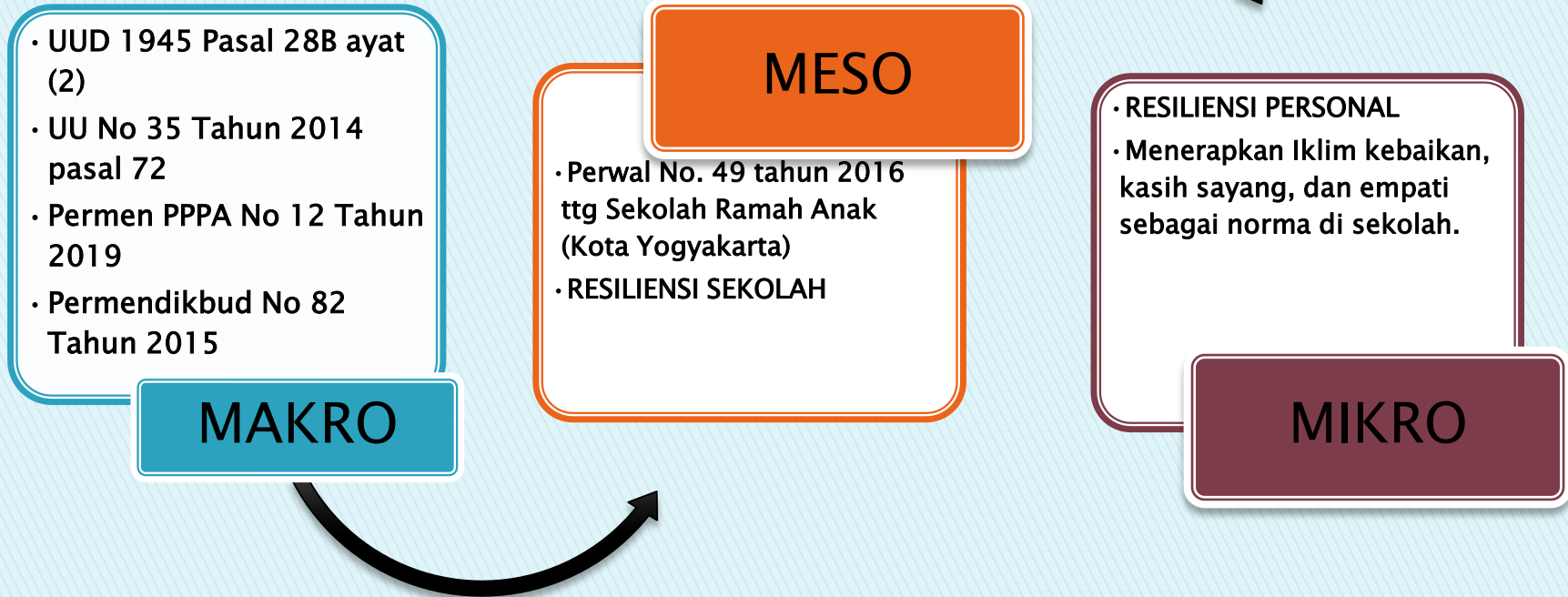
Mengembangkan modal sosial di Sekolah

1. Menggali pemahaman peserta tentang unsur modal sosial
2. Menetapkan modal sosial dalam mengurangi perilaku bully
3. Memtivasi peserta mengembangkan penguatan modal sosial
4. Membangun semangat mengembangkan modal sosial
5. Memilih cara strategis dalam penguatan modal sosial.

Kebijakan Sekolah Anti Bully

1. Menggali pemahaman peserta tentang unsur-unsur yang dibutuhkan membuat kebijakan sekolh anti bully
2. Memetakan peran sekolah dalam menerapkan kebijakan sekolah anti bully
3. Memotivasi peserta berperan aktif dalam penerapan kebijakan sekolah anti bully
4. Membangun semangat menerapkan kebijakan anti bully
5. Memilih cara strategi penerapan kebijakan sekolah anti bully.

KEBIJAKAN SEKOLAH ANTI *BULLY*



KEBIJAKAN PENDIDIKAN MITIGASI BENCANA DI SEKOLAH (SKALA MAKRO)

Rekomendasi Kebijakan Sekolah Anti Bully (Skala Makro)

Jangka Pendek	Jangka Menengah	Jangka Panjang
1. Sosialisasi peraturan perundang-undangan yang melindungi anak: UUD 1945 Pasal 28B ayat (2) UU No 35 Tahun 2014 pasal 72 Permen PPPA No 12 Tahun 2019 Permendikbud No 82 Tahun 2015	1. Membuat pemetaan sekolah-sekolah rawan <i>bullying</i> di Indonesia	1. Permen Kemendikbud naik level menjadi perpres 2. Buku dan video panduan mengurangi bullying di sekolah
2. Pelatihan kepada masyarakat tentang pencegahan kekerasan terhadap anak	2. Membuat program sekolah anti <i>bullying</i>	3. Pembuatan video edukasi tentang sekolah anti <i>bullying</i>
	3. Mengaktifkan laman pengaduan terkait kekerasan terhadap anak	4. Terwujudnya kesadaran masyarakat untuk melindungi anak dari kekerasan
		5. Penurunan angka kekerasan terhadap anak

KEBIJAKAN SEKOLAH DALAM MEMBANGUN RESILIENSI SEKOLAH UNTUK MITIGASI BENCANA (SKALA MESO)

Rekomendasi Kebijakan Mitigasi Bencana di Sekolah (Skala Meso)

Jangka Pendek	Jangka Menengah	Jangka Panjang
1. Sosialisasi peraturan perundang-undangan yang melindungi anak di daerah Cth: Perwal No. 49 tahun 2016 ttg Sekolah Ramah Anak (DIY)	1. Membuat pemetaan sekolah-sekolah rawan bullying di daerah	1. Terbentuknya Perda terkait pencegahan kekerasan terhadap anak
2. Pelatihan kepada masyarakat tentang pencegahan kekerasan terhadap anak di daerah	2. Membuat program sekolah anti bullying di daerah atau Program sekolah ramah anak.	2. Terwujudnya kesadaran masyarakat untuk melindungi anak dari kekerasan di tingkat daerah
	3. Mengaktifkan laman pengaduan terkait kekerasan terhadap anak di daerah	3. Penurunan angka kekerasan terhadap anak di tingkat daerah

PROGAM SEKOLAH DALAM MEMBANGUN RESILIENSI PERSONAL (SKALA MIKRO)

Rekomendasi Program Sekolah

Jangka Pendek	Jangka Menengah	Jangka Panjang
1. Pelatihan resiliensi sekolah bagi warg sekolah	1. Membuat pemetaan profil sekolah anti bullying	1. Terwujudnya Sekolah anti bullying
2. Pelatihan resiliensi personal warga sekolah 3. Menerapkan Iklim kebaikan, kasih sayang, dan empati sebagai norma di sekolah.	2. Membuat program sekolah anti bullying 3. Membuat peraturan khusus bully dan tegas dalam menangani pelaku tindak bully	2. Meningkatnya resiliensi sekolah 3. Meningkatnya resiliensi personal warga sekolah 4. Terbangunnya budaya anti bullying pada warga sekolah

Sifat resiliensi guru



1. Resiliensi sebagai konstruksi psikologis

- Perspektif psikologis, memberikan kontribusi penting untuk pembentukan dasar konseptual dalam memahami kualitas guru saat melakukan pekerjaan tidak hanya bersifat intelektual tetapi juga emosional.

- Emosi adalah inti dari pengajaran: Pengajaran yang baik diisi dengan emosi positif

- Guru yang baik bukan hanya mesin yang diminyaki dengan baik. Mereka adalah makhluk yang emosional dan penuh gairah dan terhubung dengan siswa sehingga harus diisi dengan kesenangan, kreativitas, tantangan dan sukacita

2. Resiliensi : konsep multidimensi, yang dibangun secara sosial

- Manusia dilahirkan dengan dasar pengalaman hidup biologis dan dikembangkan melalui **kompetensi sosial, keterampilan memecahkan masalah, kesadaran kritis, otonomi, dan rasa memiliki, pendidikan yang penuh perhatian dan kepedulian, harapan yang positif, lingkungan belajar yang positif, komunitas sosial yang kuat, dan hubungan teman sebaya yang mendukung.**

RESILIENSI GURU

- Kapasitas guru untuk menjadi tangguh dalam keadaan yang buruk
- Untuk mempertahankan apa yang disebut 'ketahanan sehari-hari'

- Dipengaruhi oleh fungsi psikologis, emosional, perilaku dan kognitif guru (scr akademis atau profesional) secara pribadi, pengaturan relasional dan organisasi.
- Bukan kualitas bawaan tetapi dibentuk dan dikembangkan oleh lingkungan sosial, budaya dan intelektual tempat guru bekerja dan hidup

Gagasan ketahanan

- Berasal dari disiplin psikiatri dan psikologi perkembangan sebagai hasil dari perhatian untuk pribadi

Perubahan paradigmatis ke konsep resilience

- Awal: fokus pada memahami rasa sakit, perjuangan dan penderitaan dlm proses adaptasi menghadapi kesulitan
- Lebih berfokus pada pemahaman kualitas dan kekuatan positif

Resilinsi Guru: Konsep Relasional



1. Resiliensi guru dipahami tidak hanya 'konteks sekolah atau kelas individu tetapi juga konteks kerja profesional yang lebih luas, dukungan manajemen di sekolah untuk pembelajaran dan pengembangan guru, kepercayaan kepemimpinan, serta umpan balik positif dari orang tua)

2. Resiliensi guru juga spesifik dengan kekuatan dan keyakinan komitmen guru; dan panggilan batin untuk mengajar dan komitmen untuk melayani pada praktik belajar dan mengajar meskipun kondisi yang menantang dan kemunduran berulang

3. Guru yang resilien adalah yang 'bangkit kembali' dengan cepat dan efisien dari kesulitan, pulih dari pengalaman dan peristiwa yang sangat traumatis, mempertahankan keseimbangan dan rasa komitmen di masa depan di mana guru mengajar


HOW TO BE ...TEACHER RESILIENCE ?




Meningkatkan energi intelektual dan emosional yang lebih tinggi daripada sebelumnya.




Menguatkan investasi (modal profesional), yaitu campuran dari modal 'manusia dan modal sosial' (Hargreaves dan Fullan, 2012).



Memiliki asosiasi yang kuat kualifikasi individu (modal manusia) dan bakat, frekuensi, fokus percakapan, interaksi dengan teman sebaya (modal sosial) yang berpusat pada instruksi (Hargreaves dan Fullan, 2012: 3), shg menghasilkan siswa yang mendapatkan hasil lebih tinggi dalam prestasi matematika.



Memiliki modal profesional yang diperoleh dan diakumulasi oleh para profesional melalui pengalaman, praktik, dan refleksi terstruktur dan tidak terstruktur. (Hargreaves dan Fullan, 2012)



Memiliki motivasi tinggi, mandiri, berkomitmen, berkapasitas besar dan berkualifikasi serta berkolaborasi tinggi di sekolah.

Sekian dan Terima
Kasih



Salam Sehat
Prof. Dr. Siti Irene
Astuti Dwiningrum,
M.Si
& Tim



Topik 1

Melepaskan Diri Dari Maslh Bully

Deskripsi Kegiatan:

Peserta diminta mengutarakan pendapat tentang masalah *bully* yg terjadi di lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat

Tujuan

1. Membangun dan mengembangkan hubungan harmoni siswa dengan lingkungan rumah dan sekolah sebagai lingkungan yang aman dari tindak kekerasan
2. Membangun kesadaran bersama tentang masalah bullying dan cara mengurangi perilaku bully.

Bahan Yg Dibutuhkan

Kertas plano, spidol warna, flip chart

Pelaksanaan Kegiatan

1. Membagi peserta dalam beberapa kelompok terdiri dari 4-6 orang (sekalius membuat nama kelompok)
2. Peserta diminta menggambarkan tentang bentuk dan jenis bully dalam peta pikiran (*mind map*).
3. Tiap kelompok diberi kesempatan mempresentasikan hasil diskusi
4. Memberi kesempatan pada peserta untuk memberi respon dari hasil diskusi kelompok
5. Mengucapkan terima kasih pada kelompok yang mempresentasikan hasil diskusi
6. Mencatat proses diskusi dengan lembar observasi dan evaluasi hasil
7. Memfasilitasi kelas menemukan poin-poin pokok sebagai ranguman

Topik 2

Pentingnya Membangun Sekolah Anti-Bully

Deskripsi Kegiatan:

Peserta diminta menuliskan ciri-ciri sekolah anti-bully, bagaimana perilaku guru, dan bagaimana perilaku siswa dan warga sekolah lain dapat mengurangi perilaku bully di keluarga, sekolah, media sosial dan masyarakat

Tujuan

1. Membantu peserta mengenal ciri sekolah yang memiliki anti-*bully*
2. Membantu peserta berperan dalam membangun sekolah anti-*bully*
3. Memotivasi peserta berproses menjadi pribadi sadar membangun sekolah anti-*bully* melalui "*learning experience*"

Bahan Yg Dibutuhkan

Kertas plano, spidol warna

Pelaksanaan Kegiatan

1. Menempel kertas pada tempat yang mudah diakses oleh setiap peserta
2. Peserta diminta menuliskan ciri-ciri sekolah yang memiliki anti-bully
3. Meminta peserta memikirkan alasan menuliskan ciri-ciri sekolah yang anti-bully
4. Setelah 5-10 menit peserta berpikir untuk menuliskan ciri-ciri sekolah anti-bully (peserta diminta maju ke depan kelas)
5. Peserta secara bergiliran menuliskan ciri-ciri sekolah anti-bully pada kertas yang sudah ditempel, dengan memberikan alasan memilih orang tersebut, dengan format:

Nama Peserta	Ciri sekolah Anti-Bully	Alasan Memilih
--------------	-------------------------	----------------

6. Menganalisis pemikiran peserta dengan mendiskusikan bersama siapa, bagaimana, darimana, mengapa yang terkait dengan ciri-ciri sekolah anti-bully yang dipilih peserta.
7. Memotivasi peserta mengenal ciri- ciri sekolah anti-*bully*
8. Memberikan apresiasi kepada peserta yang sudah menuliskan pendapat mereka di depan kelas

Topik 3 DAMPAK PERILAKU BULLY

Deskripsi Kegiatan:

Peserta diminta untuk menuliskan dampak perilaku *bully*, bagaimana dampak perilaku *bully* pada guru, dan bagaimana perilaku *bully* pada siswa dan warga sekolah lainnya.

Tujuan

1. Untuk membantu peserta mampu menganalisis dampak perilaku *bully*.
2. Untuk membantu peserta berperan dalam mengatasi perilaku *bully*.
3. Untuk memotivasi peserta berproses menjadi orang yang sadar dalam mengatasi dampak *bully* dengan “*learning experience*” .

Bahan Yg Dibutuhkan

Kertas plano, spidol warna

Pelaksanaan Kegiatan

1. Menempel kertas pada tempat yang mudah diakses oleh setiap peserta
2. Peserta diminta menuliskan dampak perilaku bully pada guru dan siswa
3. Meminta peserta memikirkan alasan menuliskan dampak perilaku bully
4. Setelah 5–10 menit peserta berpikir untuk menuliskan dampak perilaku bully (peserta diminta maju ke depan kelas)
5. Peserta secara bergiliran menuliskan dampak perilaku bully pada kertas yang sudah ditempel, dengan memberikan alasan memilih orang tersebut, dengan format:

Nama Peserta	Ciri sekolah Anti-Bully	Alasan Memilih
--------------	-------------------------	----------------

6. Menganalisis pemikiran peserta dengan mendiskusikan bersama siapa, bagaimana, darimana, mengapa yang terkait dengan dampak perilaku bully yang dipilih peserta.
7. Memotivasi peserta mengenal dampak perilaku bully
8. Memberikan apresiasi kepada peserta yang sudah menuliskan pendapat mereka di depan kelas