

MEMBANGUN SELF BOUNDARIES DALAM PENINGKATAN PENDIDIKAN KARAKTER DI ERA BULLYING SEKOLAH

*Achmad Zaini Arsyad¹✉, UIN Sunan Ampel Surabaya
Arifatul Ma'ani², STIT Muhammadiyah Lumajang
Ibrohim Muchlis³, STIT Al-Ibrohimy Bangkalan*

Abstrak

Penelitian ini akan membahas tentang membangun Self Boundaries yang nanti membantu mengurangi jumlah Bullying yang terjadi di sekolah, Tujuan dari Jurnal ini nantinya bertujuan untuk memberikan informasi terkait cara pengembangan Self Boundaries dalam menghadapi Bullying tersebut nantinya pembaca bisa menerapkan beberapa Hal tersebut untuk di implementasikan di kehidupan nyata. adapun Metode yang dilakukan dalam penelitian ini nantinya adalah menggunakan metode library research untuk memberikan informasi mengenai membangun Self - boundaries. Buku-buku dalam kajian Pustaka nantinya akan memberikan pemaparan dari Bullying hingga membangun entitas diri. Dampak bullying bagi korban sangatlah serius. Mereka berada di bawah tekanan emosi, kecemasan dan depresi. Hasilnya, prestasi akademis mereka melemah, rasa percaya diri runtuh dan bahkan terkadang hilang Pikiran untuk bunuh diri. Selain itu, bullying juga mempunyai dampak negatif lingkungan sekolah yang lengkap, menciptakan suasana yang tidak aman dan tidak mempromosikan pembelajaran. Penelitian ini juga membahas upaya yang dilakukan Hal ini dilakukan untuk mengatasi dilema bullying di lingkungan sekolah.

Keyword: Self - Boundaries, Bullying, Pendidikan Karakter

Copyright ©2024 Achmad Zaini

✉Corresponding author:

E-mail Address: zanator15@gmail.com

Received 01-02-2024, Accepted 01-03-2024, Published 30-06-2024

PENDAHULUAN

Self-boundaries merupakan cara membangun batasan diri dalam meningkatkan integritas diri baik secara mental, intelektual dan juga kemampuan fisik. hal ini nantinya akan banyak membantu dalam bersosialisasi, membangun batasan sosial memberi jarak dan juga melahirkan kebijaksanaan dalam menghadapi bullying tersebut. hal ini sejalan dengan tujuan menciptakan *Boundaries* diri guna membangun nilai integritas diri, secara moral, etika, perlindungan diri dari sikap Bullying tersebut. bahkan dalam dunia pendidikan pun Bullying bukan hanya problematik tentang merasa berkuasa semata, namun juga menjadi permasalahan serius yang mengundang banyak aspek yang terjadi.¹ Bahkan hasil Asesmen Nasional (AN) tahun 2021 dan 2022 atau Rapor Pendidikan tahun 2022 dan 2023, sebanyak 24,4 persen siswa mengalami berbagai jenis perundungan seperti verbal, fisik hingga *cyberbullying*.

Komisi perlindungan anak indonesia (KPAI) menyatakan bahwa angka kasus perundungan jauh lebih tinggi dibanding angka kasus tawuran pelajar, baik dari sisi pelaku maupun korban. Tahun 2019 jumlah kasus di bidang pendidikan yang mencapai angka 3.821, terdapat pelaku perundungan 126 anak dan korban mencapai 51 anak. Pada tahun yang sama, pelaku tawuran 84 anak dan korban 73 anak. kasus perundungan mengalami peningkatan di banding 2018 yang pelakunya mencapai 107 anak dengan korban 46 anak. Sementara, pelaku tawuran 2018 mencapai 97 anak dengan korban 67 anak. Dalam informasi yang didapatkan oleh Kemendikbud Ristek ini menjelaskan hampir sekitar 24 persen anak di setiap sekolah mengalami perundungan hal ini juga akan berpengaruh pada fisik dan mental selain itu hal ini nantinya akan berpengaruh pula pada perkembangan pola pikir.²

¹ Suparlan Suhartono, *Filsafat Pendidikan (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2007)*, 57.

² Mendikbudristek: *Pendidikan Karakter tidak Dilakukan dengan Kekerasan* <https://www.kemdikbuond.go.id/main/blog/2023/07/mendikbudristek-pendidikan-karakter-tidak-dilakukan-de ngan-kekerasan/> Diakses tanggal 13 Oktober 2023.

Tentunya hal ini sangat mencederai pendidikan, menghambat peningkatan pengalaman pendidikan secara individu dan menimbulkan traumatis, bukan hanya teman sebayanya namun juga kerap ditemukan seorang guru yang membully muridnya dengan merendahnya. Pengalaman traumatis ini nantinya akan terbawa hingga dewasa kelak bahkan dengan traumatis seperti ini nantinya akan mempengaruhi sudut pandang dalam. bahkan sebenarnya banyak faktor Mempengaruhi mengapa masih ada perundungan di era saat ini, pengaruh sosial media juga menjadi faktor adanya bullying selain sifat Arogansi yang lahir. Perilaku bullying seringnya terjadi pada usia sekolah dasar dan sekolah menengah pertama, umumnya terjadi karena konflik saling mengejek, ketidakstabilan emosi kurangnya pemahaman dan pengetahuan tentang adab, kontrol emosi ini menjadikan mudah untuk melakukan tindakan tersebut.³

Perkembangan saat ini telah melahirkan generasi baru dengan berkembangnya ilmu teknologi, adapun generasi tersebut adalah generasi muda yang sering disebut dengan generasi milenial dan juga Gen-z generasi ini adalah generasi yang maju akan dunia sosial media, jadinya prioritas kehidupan media sosial menjadikan terbarat-baratnya globalisasi, banyak yang menirunya gaya asing seperti memakai baju kosong, minum minuman beralkohol dan juga intimidasi Permasalahannya adalah perundungan di media sosial atau Cyberbullying Di Indonesia, sama seperti di negara lain. Penindasan di media sosial Indonesia mungkin berisi postingan pesan yang menyinggung atau menyinggung rumor palsu yang menciptakan meme atau gambar yang menghina, dan mengancam atau mengintimidasi orang lain secara online hal ini menimbulkan keresahan.⁴

³ Machsun Rifauddin, "FENOMENA CYBERBULLYING PADA REMAJA (Studi Analisis Media Sosial Facebook)", Vol 4, No 01 (2016), 38.

⁴ dpp3appkbantul, Perlu Diwaspadai, "Ini Tanda Bullying dalam Keluarga dan Cara Mengatasinya", <https://dp3appkb.bantulkab.go.id/news/perlu-diwaspadai-ini-tanda-bullying-dalam-keluarga-dan-cara-mengatasinya/> Diakses pada 13 Oktober 2023.

Bukan hanya di lingkungan sekolah dan sosial media dampak dari Bullying Pun kerap kali di temui di lingkungan rumah dan keluarga, tempat yang seharusnya memberi *Support* , Aman justru menjadi ancaman hal ini akan memberi tekanan batin bentuk perilaku seperti keluarga terjadi dalam bentuk verbal atau emosional. Komunikasi secara verbal yang menyakitkan hati, pertama adalah. bentuk intimidasi, tuntutan yang tidak masuk akal kepada korban, yang kedua melontarkan lelucon yang memfitnah korban, kritik yang tidak membangun atau langsung menyinggung. Yang ketiga Menggunakan perasaan dan emosi korban untuk mengendalikan dirinya yang keempat menuduh korban egois terhadap anggota keluarga orang lain mengabaikan atau meremehkan perasaan, pikiran, keinginan dan kebutuhan korban, kelima Memberikan tekanan sosial dan Ekonomi secara berlebihan hal ini marak terjadi dari generasi ke generasi atau biasanya disebut dengan *sandwich generation*.⁵

Maka berdasarkan pengalaman penulis dan data yang saya paparkan sebelumnya, Fenomena Bullying sangat menarik untuk dibahas, yang saat ini menjadi trend dan dianggap sebagai hal yang harus populer di kalangan anak sekolah, terbukti meskipun sudah banyak larangan mengenai perundungan di sekolah oleh pemerintah, namun hal ini jadi hal yang dianggap hal lumrah dan salah satu metode untuk menjadi Populer di sosial media, dengan mengunggah tindakan bullying di sosial media dengan jumlah penonton mencapai ratusan hingga jutaan penonton, bukan hanya itu tindakan mereka membullying teman sekolah melalui sosial media seperti *whatsapp*, *instagram* dan *tiktok* menggunakan kata kata kasar dan mencemooh menandakan tindakan yang tidak bijak dan tidak mencerminkan nilai kependidikan yang tepat , *Self - Boundaries* menjadi salah satu hal yang tepat untuk menekan angka ini, hal ini menjadi alasan saya tertarik dalam penelitian tersebut.⁶

⁵ Nuha Khairunnisa, "Apa Itu Generasi Sandwich? Pengertian, Dampak, dan Cara Mengatasinya", <https://narasi.tv/read/narasi-daily/generasi-sandwich-adalah/Diaksespada25Oktober2023>

⁶ Anjang Wahyu Widamar, dkk, "*Persoalan Perundungan di Lingkungan Sekolah*", Vol1,No 1(2023), 4.

METODE PENELITIAN

Dalam hasil penelitian ini saya menemukan tentang Pengembangan Self - Boundaries yang mampu memberi batasan terhadap pelaku Bullying nantinya hal ini juga memberikan peningkatan kualitas diri pada manusia yang di bangun sejak di masa sekolah, hal ini juga berguna meningkatkan generasi yang lebih kuat percaya diri, berintegritas dan mampu mengelola emosional,meningkatkan kedisiplinan, menjadikan pengembangan diri dan juga mampu membaca masalah dalam menghadapi berbagai kondisi sosial. tokoh psikolog yang menerapkan untuk membentuk Self - Boundaries adalah Abraham Maslow lahir pada tahun 1908 di New York teori kebutuhan. diatas Pandangan ini dikenal sebagai bapak psikologi humanistik. Konsep pemikiran psikologis apa yang dikemukakannya berangkat dari teori psikologi klasik yang ada untuk memperluas pemahaman tingkah laku manusia untuk mencapai tingkat kemanusiaan yang setinggi-tingginya.

HASIL PENELITIAN

Dalam hasil penelitian ini saya menemukan tentang Pengembangan Self - Boundaries yang mampu memberi batasan terhadap pelaku Bullying nantinya hal ini juga memberikan peningkatan kualitas diri pada manusia yang di bangun sejak di masa sekolah, hal ini juga berguna meningkatkan generasi yang lebih kuat percaya diri, berintegritas dan mampu mengelola emosional,meningkatkan kedisiplinan, menjadikan pengembangan diri dan juga mampu membaca masalah dalam menghadapi berbagai kondisi sosial. tokoh psikolog yang menerapkan untuk membentuk Self - Boundaries adalah Abraham Maslow lahir pada tahun 1908 di New York teori kebutuhan. diatas Pandangan ini dikenal sebagai bapak psikologi humanistik. Konsep pemikiran psikologis apa yang dikemukakannya berangkat dari teori psikologi klasik yang ada untuk memperluas pemahaman tingkah laku manusia untuk mencapai tingkat kemanusiaan yang setinggi-tingginya.

Keadaan Pendidikan saat ini

Pendidikan merupakan sesuatu kebutuhan yang sangat penting di Indonesia sudah mewajibkan pendidikan di bangku sekolah selama 12 tahun di saat Sekolah Dasar (SD) ,Sekolah menengah pertama (SMP), Sekolah menengah atas/kejuruan (SMA/SMK) pendidikan Indonesia saat ini banyak di pandang rendah rendah, Kualitas pendidikan di Indonesia saat ini cukup rendah dibandingkan dengan negara-negara lain di dunia. Berdasarkan hasil survei terkait Sistem pendidikan menengah di dunia tahun 2018 diterbitkan oleh PISA (International Student Assessment Program) tahun 2019 di Indonesia berada pada peringkat rendah yaitu peringkat 74 dari 79 negara lain yang disurvei.⁷

Dengan kata lain, Indonesia berada di posisi terbawah di peringkat keenam, tentunya hal ini membuktikan bahwa Indonesia masih membutuhkan peningkatan lebih di sektor pendidikan. Kenyataan saat ini, Indonesia harus terus mencapai yang terbaik menyelenggarakan pendidikan yang memenuhi tujuan pendidikan nasional Pasal 3 Undang-Undang Sistem. Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003 yaitu pendidikan yang dapat mengembangkan potensi peserta didik menjadi manusia yang unggul dipersembahkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, sadar, berakhlak mulia, kreatif, mandiri dan dapat menjadi warga negara yang demokratis. Namun demikian mewujudkan Indonesia dengan sektor pendidikan yang baik sama dengan menekan angka Bullying yang terjadi di indonesia. faktor terbesar di balik buruknya kualitas pendidikan di Indonesia saat ini. Tentu saja memerlukan perhatian khusus dari masyarakat Indonesia. alasannya adalah kualitas manusia yang dihasilkan, guru yang kurang kompeten, biaya pendidikan yang mahal, hingga kualitas anak itu sendiri.⁸

Dalam tingkat Bullying yang terjadi di indonesia dalam laporan , siswa laki-laki mendominasi korban kasus bullying yang terjadi di Indonesia pada

⁷ Fitria Nur Auliah Kurniawati, "MENINJAU PERMASALAHAN RENDAHNYA KUALITAS PENDIDIKAN DI INDONESIA DAN SOLUSI", *AoEJ: Academy of Education Journal*, Vol.13, No. 01 (2022), 2.

⁸ Ibid, 3

kategori kelas 5 SD, kelas 8 SMP, dan kelas 11 SMA/SMK dalam setahun terakhir pada 2021. Rinciannya, persentase kasus bullying di kategori kelas 5 SD pada siswa laki-laki sebanyak 31,6%, lalu diikuti perempuan 21,64%, dan secara nasional 26,8%. Kemudian, persentase kasus bullying di kategori siswa kelas 8 SMP pada siswa laki-laki mencapai 32,22% atau tertinggi di antara kategori kelas maupun gender lainnya. Lalu, diikuti siswa perempuan sebesar 19,97%, dan se-Indonesia 26,32%. Hal ini membuktikan bahwa dalam lingkungan pendidikan masih banyak terjadi bullying, data ini diperoleh dari Badan Pusat Statistik (BPS) yang dirilis pada 22 Desember 2022.⁹

PEMBAHASAN

Self - Boundaries dan teori Abraham

Abraham Maslow dalam teorinya ada 5 dasar kebutuhan manusia Maslow's Hierarchy of Needs (Piramida Kebutuhan Maslow) Teori ini membahas tentang cara meningkatkan Aktualisasi diri manusia dengan memenuhi kebutuhan dasar secara bertahap, mulai dari kebutuhan fisik hingga kebutuhan psikologis dan kebutuhan untuk mencapai potensi penuh. Kebutuhan manusia yang pertama adalah Physiological need ialah kebutuhan dasar manusia, seperti air, makanan, tidur, menjaga suhu tubuh, seks dan baju menurut Maslow merupakan kebutuhan dasar dan tekanan usaha yang paling kuat. 11 kebutuhan fisiologis berbeda kebutuhan lain setidaknya dalam dua hal penting.¹⁰ Pertama kebutuhan fisiologis adalah satu-satunya kebutuhan yang dapat dipenuhi sepenuhnya atau setidaknya melupakannya. Kedua karakteristik berkaitan dengan kebutuhan yang bersifat berulang

Kedua, kebutuhan akan rasa aman (*security need*). Jika masing-masing Individu telah memenuhi sebagian kebutuhan fisiologisnya, begitu juga

⁹ Cindy Mutia Annur, "BPS: Siswa Laki-laki Lebih Banyak Jadi Korban Bullying", <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/10/06/bps-siswa-laki-laki-lebih-banyak-jadi-korban-bullying/> Diakses pada 24 November 2022.

¹⁰ Ghyats Aiman, dkk, "Perspektif Humanistik Abraham Maslow untuk Menumbuhkan Karakter Siswa di Sekolah menengah Atas", Vol 4, No.03 (2022), 353.

semuanya masyarakat akan termotivasi untuk memenuhi kebutuhan keamanan, termasuk perasaan aman secara fisik, ketergantungan, perlindungan dan kebebasan dari kekuatan yang mengancam seperti perang, terorisme, penyakit, selera ketakutan, kegelisahan, bahaya, kerusakan dan bencana alam. membutuhkan terhadap hukum, aturan dan struktur juga merupakan bagian dari kebutuhan teras aman, rasa aman yang tercipta nantinya akan mewujudkan kebutuhan rasa tenang dan damai, konsep *security need* ini sesuai dengan menumbuhkan kemampuan *Self - Boundries* dari tindakan Bullying yang terjadi belakangan ini, selain itu mewujudkan rasa aman kina dibagi menjadi dua kehidupan sosial media dan kehidupan asli.¹¹

Ketiga, kebutuhan untuk dicintai dan dimiliki (cinta dan kepemilikan). Setiap individu dimotivasi oleh kebutuhan untuk dicintai dan itu termasuk dalam kebutuhan fisiologis tertentu dan rasa aman terisi Kebutuhan untuk dicintai dan dimiliki diwujudkan dalam motivasi persahabatan, keinginan mempunyai pasangan dan keturunan, dan kebutuhan untuk terhubung dengan keluarga, lingkungan tetangga dan bangsa. Kebutuhan ini juga mencakup beberapa aspek hubungan seksual dan hubungan interpersonal, seperti kebutuhan memberi dan menerima cinta Maslow menjelaskan kegagalan ini dalam memuaskan kebutuhan akan cinta dan mencapai perasaan batin Kehidupan sosial adalah penyebab utama dari gangguan kognitif atau penyesuaian yang salah, gangguan kognitif yang timbul seperti kurangnya konsentrasi, menjadi lebih impulsif selalu perspektif negatif.¹²

Keempat, kebutuhan untuk dihargai (kebutuhan harga diri). setelah kebutuhan untuk dicintai dan dimiliki terpenuhi, itulah perlunya evaluasi yang meliputi harga diri, kepercayaan diri, kompetensi dan pengetahuan hal ini

¹¹ Mohamat Hadori, "AKTUALISASI-DIRI (SELF-ACTUALIZATION); SEBUAH MANIFESTASI PUNCAK POTENSI INDIVIDU BERKEPRIBADIAN SEHAT (Sebuah Konsep Teori Dinamika-Holistik Abraham Maslow)", Vol 9, No 02 (2015), 209-210.

¹² Silvia F. Lumempouw, Sp.S (K), "Alami Gangguan kognitif ringan? Ketahui Gejalanya!", <https://www.emc.id/id/care-plus/alami-gangguan-kognitif-ringan-ketahui-gejalanya/Diakseapada26Oktober2023>

meliputi perasaan ingin dihargai dan saling menghargai kelima, kebutuhan aktualisasi diri (self- kebutuhan implementasi). Jika kebutuhan berada pada tingkat yang lebih tinggi ketika kemerosotan tercapai, orang-orang bergerak secara otomatis ke tingkat berikutnya. Namun, tidak semua individu mengalami hal tersebut memuaskan kebutuhan akan harga diri yang akan mewujudkan aktualisasi diri manusia dan melahirkan kesadaran diri, kesadaran diri alasannya adalah untuk mencapai tingkat realisasi diri setiap orang pasti mempunyai meta-motivasi atau B-values hal ini dikarenakan manusia wajib mempunyai konsep motivasi hidup demi mewujudkan kehidupan lebih baik lagi.

Membangun rasa aman

Dalam dunia pendidikan saat ini banyak sekali terjadi tindakan asusila berkelahi, berkata kasar, bersikap kasar, menyontek dll. hal ini menandakan bahwa membangun *Self-Boundaries* sendiri akan membangun rasa aman hal ini terbukti dalam konsep Abraham Maslow ini mengungkapkan bahwa teori tentang hirarki sesuai dengan kebutuhan manusia membutuhkan rasa aman, kebutuhan rasa aman merupakan kebutuhan yang harus dipenuhi setelah kebutuhan fisiologis. kebutuhan ini diwujudkan sebagai keinginan akan rasa aman untuk menghindari bahaya yang membahayakan keamanan. Aman secara fisik (menghindari kriminalisasi, tidak dilecehkan, marah, terhina, dll) kebutuhan ini mempunyai beberapa aspek, seperti keinginan untuk melindungi, keinginan untuk terbebas dari sesuatu yang mengancam dan keinginan untuk menghadirkan lingkungan yang tenang dan damai.¹³

Selain itu rasa aman akan menumbuhkan rasa cinta dan kasih sayang, yang nantinya menjadi kebutuhan fisiologis dan keamanan terpenuhi. Kebutuhan ini ditandai dengan adanya faktor psikologis seperti menerima cinta, perhatian dan kenyamanan. Keluarga dan sekolah merupakan lingkungan terdekat untuk memenuhi kebutuhan kasih sayang mencintai anak-anak menjalin kedekatan yang manai akan membentuk kepribadian yang

¹³ <https://itjen.kemdikbud.go.id/web/menanamkan-integritas-pada-pelajar//Diaksespada14Oktober2023>.

menghargai, berupa rasa hormat, kepercayaan diri dari orang lain.¹⁴ Semua orang menginginkan akuntabilitas dan kepercayaan rasa percaya diri mempengaruhi tumbuh kembang seorang anak yang dipengaruhi oleh dua faktor yaitu Internal melibatkan penerimaan keadaan individu seperti kebugaran fisik dan kecerdasan eksternal meliputi dukungan dan pengakuan sosial, dukungan sosial mempunyai hubungan positif terhadap tingkat harga diri seseorang.

Memiliki Integritas

Integritas merupakan nilai penting yang harus dimiliki setiap orang, bukan hanya seorang pelajar namun termasuk mahasiswa sekalipun. Integritas dapat diartikan sebagai kesesuaian antara nilai-nilai yang dilindungi dan perilaku yang diterapkan. Oleh karena itu, penanaman integritas pada diri peserta didik sangat penting untuk mewujudkan generasi muda yang berkarakter kuat dan berintegritas. Berikut beberapa cara yang dapat ditawarkan orang tua dan guru untuk menunjukkan dan mendorong kejujuran pada siswa. Pendidikan kejujuran. Kejujuran dapat diajarkan dalam pelajaran di sekolah maupun di rumah. Pelajaran tentang integritas dapat disampaikan dengan cara mengajarkan nilai-nilai seperti kejujuran, tanggung jawab, dan kerja keras. Selain itu, pelajar juga dapat diajarkan untuk menghargai hak-hak orang lain dan mematuhi aturan yang berlaku.

Membangun kesadaran diri. Pelajar juga perlu dibangun kesadaran diri terkait dengan pentingnya integritas. Hal ini dapat dilakukan dengan mengajak mereka berdiskusi mengenai nilai-nilai integritas dan dampak dari perilaku yang tidak berintegritas. Menetapkan hukuman atas pelanggaran. Jika ada siswa yang melanggar peraturan atau melakukan tindakan yang kurang jujur, harus diberikan konsekuensi yang setimpal. Tujuannya adalah untuk memberikan efek jera dan membentuk perilaku yang lebih baik di kemudian hari. Perilaku yang menjunjung kejujuran. Selain memberikan hukuman atas pelanggaran, kita juga

¹⁴ <https://itjen.kemdikbud.go.id/web/menanamkan-integritas-pada-pelajar/> Diakses pada 14 Oktober 2023.

perlu memberikan imbalan atas perilaku jujur. hal ini dapat dilakukan dengan memberikan pengakuan secara lisan atau imbalan secara fisik seperti sertifikat atau piala. nantinya akan menciptakan kepribadian yang tidak mudah terbawa arus konflik remaja.¹⁵

Kepercayaan diri

Membangun kepercayaan diri merupakan bagian dari Self - Boundaries hal ini membantu membangun nilai (*value*) salah satunya konsep nilai ¹⁶Penerimaan diri merupakan sikap yang mencerminkan kebahagiaan dalam kaitannya dengan realitas diri sendiri. Sikap seperti itu merupakan tanda kepuasan kualitas efikasi diri yang sebenarnya. Remaja yang puas dengan karakteristiknya merasa aman, tidak frustrasi dan tahu apa yang dibutuhkannya agar bisa mandiri dan tidak bergantung pada orang lain memutuskan segalanya secara objektif. Remaja yang percaya diri cenderung demikian citra diri dan persepsi positif. berpendapat bahwa respon manusia positif Penampilannya sendiri menimbulkan rasa puas yang mempengaruhi perkembangan mentalnya. Sebaliknya remaja yang kurang percaya diri bersikap seolah-olah tidak bisa berbuat banyak.¹⁶

Para remaja yang selalu merasa ragu-ragu saat menjalankan tugas, tidak berani berbicara bila tidak didukung, menutup diri, hal ini mempermudah untuk mendapatkan Bullying karena hal ini terlihat ketidak berdayaan korban atau juga dianggap lemah, menjadikan kepribadian yang anti - sosial, menarik diri dari lingkungan. orang yang tidak percaya diri biasanya disebabkan karena orang tersebut tidak mendidik dirinya sendiri, menumbuhkan kepercayaan diri akan membantu menumbuhkan batasan diri kepada seorang pembully hal ini bisa dilihat bahwa kepribadian yang populer, *smart*, penuh percaya diri, pandai berkomunikasi cenderung jarang mendapatkan perilaku bullying karena adanya batasan yang muncul, hal ini akan melahirkan Sikap optimis memberikan

¹⁵ <https://itjen.kemdikbud.go.id/web/menanamkan-integritas-pada-pelajar/> Diakses pada 14 Oktober 2023.

¹⁶ Emria Fitri1, dkk, "Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi", Vol 4 No 1, (2018), 02 - 4.

kemampuan mengatasi rasa takut untuk terus berusaha dan memikirkan masa depan yang lebih besar.¹⁷

Adapun contoh dari melatih kepercayaan diri adalah dengan mengikuti pelatihan Public Speaking, aktif mengikuti program masyarakat, belajar bersosialisasi, meningkatkan pengalaman interaksi dengan siapapun itu. hal ini termasuk dalam ranah peningkatan skill komunikasi dalam sosial, Komunikasi diperlukan bagi manusia, Keterampilan komunikasi bersifat alami dan naluri. Jadi Kemampuan berkomunikasi sudah terbukti sebagai kemampuan dasar manusia meskipun begitu *Skill* komunikasi harus ditingkatkan lagi, peningkatan ini bermanfaat untuk membangun kepercayaan diri dan perubahan pola pikir salah satu cabang komunikasi adalah mengikuti Pelatihan public speaking yang merupakan salah satu cara untuk meningkatkan keterampilan berbicara di depan Umum Selain itu juga menimbulkan antusiasme, minat dan kegembiraan.¹⁸

Membentuk Disiplin dan Perlindungan Diri

Menumbuhkan kesadaran diri dengan disiplin dan melakukan perlindungan diri menjadi bukti menjadi cara *Self - boundaries* hal ini menjadikan cara untuk memperkuat integritas diri. Disiplin merupakan salah satu sikap dan perilaku yang dapat diterapkan dan dilakukan terbiasa melalui lingkungan. lingkungan sekolah adalah salah satu contohnya lingkungan yang mengajarkan dan mengenalkan anak pada kebiasaan disiplin. Karena Padahal, pembinaan dimulai sedini mungkin, sekaligus menanamkan kedisiplinan¹⁸ pada siswa dalam masa kecil. Dengan diperkenalkannya disiplin ini, anak mulai mengenal dan untuk memahami beberapa aturan lingkungan sekolah. pahami beberapa aturan sesuatu yang

¹⁷ Tri Mashudi, " Membangun Kepercayaan Diri Remaja Melalui Pelatihan Public Speaking Guna Menghadapi Era Industri 4.0," *Abdi Psikonomi*, Vol 01, No 02, (2021), 79 - 80.

¹⁸ Putri Fatmawati Arinal Hasanah, dkk " *Apakah Bela Diri Pencak Silat dapat Melatih Kedisiplinan pada Anak* ? ", *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, Vol 5, No 2 (2021), 2083.

baru dan berbeda dari lingkungan keluarganya serta dapat menjadi pribadi yang berbeda mengikuti aturan yang dapat diterima dari lingkungan sekitar¹⁹

Bela diri ini merupakan suatu bentuk perlindungan diri, selain itu Bela Diri adalah untuk menyehatkan diri sebagai cabang olahraga dan *Self boundaries*, bahkan tidak jarang bela diri menjadi pilihan alternatif masyarakat Indonesia sebagai perlindungan diri baik dari *Bullying* maupun tindak kriminal lainnya, salah satu cabang bela diri yang ada di Indonesia adalah pencak silat contoh beladiri ini mengajarkan cara melindungi diri dari tindak kejahatan yang ada selain itu pencak silat juga mengajarkan nilai-nilai kemanusiaan secara filsafat melatih penanaman budi pekerti luhur, yaitu bahkan secara filsafat budi pekerti luhur sebagai sumber keagungan yang diperlukan sikap, tingkah laku dan tindakan manusia melaksanakan cita-cita agama dan moral masyarakat.²⁰ Adapun manfaat lain dari bela diri adalah membangun harga diri, meningkatkan motivasi, menanamkan rasa saling hormat, dan juga mengajarkan kerja sama.

Pembelajaran ini harus mulai diasah ketika di lingkungan sekolah para korban bullying bisa melakukan pelatihan kedisiplinan dan ketegasan hal ini akan latihan pertahanan diri mereka. Untuk menjadi kepribadian yang kompleks, selain itu salah satu kegiatan yang mempunyai potensi pengembangan strategis Disiplin anak di lingkungan sekolah adalah gerak dan olah raga. Hasil penelitian telah menunjukkan bahwa ada berbagai jenis aktivitas fisik dan olahraga Disiplin merupakan salah satu pengaruh positif terhadap perkembangan karakter anak Melalui pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan di sekolah dirancang untuk membangun karakter, bukan hanya diberikan secara teoritis, namun bisa juga diterapkan dalam kehidupan sehari-

¹⁹ Putri Fatmawati Arinal Hasanah, dkk, "Apakah Bela Diri Pencak Silat dapat Melatih Kedisiplinan pada Anak

?", *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, Vol 5, No 2 (2021), 2084.

²⁰ Fadhli Rizal Makarim, " Bukan Kekerasan, Ini Manfaat Ajarkan Anak Bela Diri "<https://www.halodoc.com/artikel/bukan-kekerasan-ini-manfaat-ajarkan-anak-bela-diri/> Diakses pada 23 November 2021.

sehingga menjadi suatu kebiasaan, ini membuktikan membangun pertahanan diri dan disiplin merupakan bentuk *Self Boundaries*.

Membangun hal - hal Privasi

Membangun batasan Privasi merupakan cara untuk memberi batasan dan hak, hal apa yang boleh diketahui oleh orang lain ataupun tidak adapun pengertian privasi sebagai berikut, Privasi adalah satu atau sekelompok orang yang harus dilindungi kehidupan pribadi dan urusan publik, dimana seseorang mengendalikan arus informasi tentang informasi diri Deskripsi lainnya privasi adalah hak asasi manusia untuk menentukan apakah dan sejauh mana seseorang itu siap terbuka pada orang lain di masa sekolah akan menghindarkan anak tersebut dari pelecehan, Pembullying. hal privasi ini berhubungan dengan etika moral, meningkatkan kesadaran dan pemahaman pentingnya menegakkan etika privasi. Penjaga Privasi bukan hanya tanggung jawab pemilik informasi pribadi, tetapi juga tanggung jawab semua orang.

Adapun fungsi privasi sebagai menjelaskan hubungan tersebut kerahasiaan dan privasi, kebutuhan individu, kelompok atau lembaga menentukan kapan, bagaimana dan informasi tentang mereka peduli pada orang lain, fungsi lain dari privasi adalah sebagai kontrol diri untuk tidak memberikan segalanya informasi diri untuk menghindari diri dari *Cyberbullying* hal ini sangat efektif untuk menghindari diri dari pembullying sosial media tersebut. Kesalahan dalam Pemberian data privasi membahayakan reputasi dan kredibilitas pemiliknya, Faktanya ada cukup banyak kasus pelanggaran data yang terjadi di Indonesia. misalnya sering nge-fans artis mengunggah foto idolanya tanpa izin Menurut pemiliknya, foto tersebut merupakan koleksi pribadi bukan untuk konsumsi umum menunjukkan Kami tahu betapa pentingnya privasi seseorang.²¹

²¹ Machsun Rifauddin, "FENOMENA CYBERBULLYING PADA REMAJA (*Studi Analisis Media Sosial Facebook*) " Vol 4, No 01 (2016), 38.

PENUTUP

Dalam Jurnal ini bisa disimpulkan bahwa membangun Self Boundries untuk menghindarkan diri dari perilaku tindakan bullying, adapun cara untuk menghindarkan diri dari perilaku Bullying berupa membangun nilai nilai diri membuat diri berkambang dengan baik, dikarenakan Bullying juga menjadi faktor penanda rendahnya pendidikan di Indonesia dan penghambat dalam perkembanganya padahal dalam teori Abraham Maslow (*Security needs*) menjelaskan bahwa manusia membutuhkan rasa aman dan nyaman baik hal ini akan menunjang menuju kehidupan lebih baik, Pendidikan yangvteraaa nyaman akan berdampak membangun masa depan yang lebih terdepan, selain dalam membentuk *Self - Boundries* ada beberapa faktor yang harus dibangun seperti kepercayaan diri, kedisiplinan, membangun perlindungan diri dan juga mebangun batasan terkait hal privasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Suparlan Suhartono, *Filsafat Pendidikan* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2007) , 57.
- Machsun Rifauddin, "FENOMENA CYBERBULLYING PADA REMAJA (Studi Analisis Media Sosial Facebook)" , *Khazanah Al-Hikmah*. Vol 4. Nomor 35-44. Januari-Juni Yogyakarta, 2016.
- Anjang Wahyu Widamar, Michael Jurnal Steven Pasaribu, Muhammad Reihan Novendra Muslim; Muhammad Alvin Naf'an, "Persoalan Perundungan di Lingkungan Sekolah" *PUSAT PENELITIAN*, Vol 01. Nomor 1:1 Juni Banten, 2023.
- Fitria Nur Auliah Kurniawati, "MENINJAU PERMASALAHAN RENDAHNYA KUALITAS PENDIDIKAN DI INDONESIA DAN SOLUSI", *AoEJ: Academy of Education Journal*, Vol.13, No.01 Januari Kota Bandung, 2022.
- Ahmad Arifi, Maryono, Ghyats Aiman, , "Perspektif Humanistik Abraham Maslow untuk Menumbuhkan Karakter Siswa di Sekolah menengah Atas", *Scaffolding: Jurnal Pendidikan Islam Dan Multikulturalisme*. 21 Desember-2022. Vol 4. Nomor 03 Yogyakarta, 2022.
- Mohamat Hadori, "AKTUALISASI-DIRI (SELF-ACTUALIZATION); SEBUAH MANIFESTASI PUNCAK POTENSI INDIVIDU BERKEPRIBADIAN SEHAT (Sebuah Konsep Teori Dinamika-Holistik Abraham Maslow)", *JURNAL LISAN AL-HAL*. Desember 2015. Vol 9, Nomer 02 Situbondo, 2015.
- Emria Fitri¹, Nilma Zola, Ifdil Ifdil, "Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi", *Indonesian Institute for Counseling, Education and Therapy (IICET)*. 03- Juni-2018. Vol 4 Nomer 1 Padang, 2018.
- Putri Fatmawati Arinal Hasanah, Sofia Hartati, Elindra Yetti, " Apakah Bela Diri Pencak Silat dapat Melatih Kedisiplinan pada Anak ? ", *LPPM Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai*. 19-Februari-2021. Vol 5, Nomer 2 Jakarta, 2021.
- Tri Mashudi, Riza Kurniawan, Rina Mariana Hesti, Eny Purwandari, "

Membangun Kepercayaan Diri Remaja Melalui Pelatihan Public Speaking Guna Menghadapi Era Industri 4.0,"*Abdi Psikonomi*, 31 Desember -2020, Vol 01,No 02,Surakarta, 2021.

WEBSITE

Mendikbudristek: Pendidikan Karakter tidak Dilakukan dengan Kekerasan

,[https://www.kemdikbuoond.go.id/main/blog/2023/07/mendikbudristek-pendidikan-karakter-tidak-dilakukan-dengan-kekerasan](https://www.kemdikbuoond.go.id/main/blog/2023/07/mendikbudristek-<u>pendidikan-karakter-tidak-dilakukan-dengan-kekerasan</u>)
/Diaksespada13/10/2023.

Nuha Khairunnisa, "Apa Itu Generasi Sandwich? Pengertian, Dampak, dan Cara Mengatasinya",

<https://narasi.tv/read/narasi-daily/generasi-sandwich-adalah> /Diaksespada25/10/2023.

dr. Silvia F. Lumempouw, Sp.S (K), "Alami Gangguan kognitif ringan? KetahuiGejalanya!",[https://www.emc.id/id/care-plus/alami-gangguan-kognitif-ringan-ketahui-gejalanya](https://www.emc.id/id/care-plus/<u>alami-gangguan-kognitif-ringan-ketahui-gejalanya</u>)/Diaksespada26/ 10/2023.

Cindy Mutia Annur, "BPS: Siswa Laki-laki Lebih Banyak Jadi Korban Bullying",

[https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/10/06/bps-siswa-laki-laki-lebih-banyak-jadi-korban-bullying](https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/10/06/<u>bps-siswa-laki-laki-lebih-banyak-jadi-korban-bullying</u>) /Diaksespada24/11/2022.

dr. Fadhli Rizal Makarim, " *Bukan Kekerasan, Ini Manfaat Ajarkan Anak Bela Diri* ",[https://www.halodoc.com/artikel/bukan-kekerasan-ini-manfaat-ajarkan-anak-bela-diri](https://www.halodoc.com/artikel/<u>bukan-kekerasan-ini-manfaat-ajarkan-anak-bela-diri</u>)/Diaksespada23/11/202 1.