

Modul Pemerkasaan Menangani Buli di Sekolah



Panduan Lengkap 12 Strategi
Pelaksanaan Kaunseling

Pendekatan Bersepadu: Pencegahan, Perkembangan & Pemulihan

Perjalanan Pemerksaan: Sintesis 3 Fasa Utama



Fasa 1: Asas (Pemahaman)

Strategi 1-4: Pengenalan, Konsep, Faktor, Peranan. Fokus kepada membina kesedaran akar umbi.



Fasa 2: Teras (Intervensi)

Strategi 5-8: Pencegahan, Perkembangan, Pemulihan. Teras 3 Orientasi Kaunseling.



Fasa 3: Tindakan (Aplikasi)

Strategi 9-12: Peraturan, Kes & Tindakan, Tips, Peti Aduan. Pelaksanaan sistem fizikal dan sosial.

Strategi 1: Pengenalan Modul Menangani Buli

Senarai Aktiviti:

1. Suai Kenal / Ice-breaking
2. Pengenalan Modul
3. Tayangan Video Buli

Arahan Ringkas: Fasilitator menerangkan modul secara ringkas, menayangkan video kejadian buli di sekolah, dan mengarahkan peserta menjawab aktiviti sendiri (10 minit) mengenai pemahaman awal mereka dari video tersebut.

Kesimpulan: Membuka minda dan membina kesedaran awal peserta betapa seriusnya isu buli yang perlu ditangani segera.



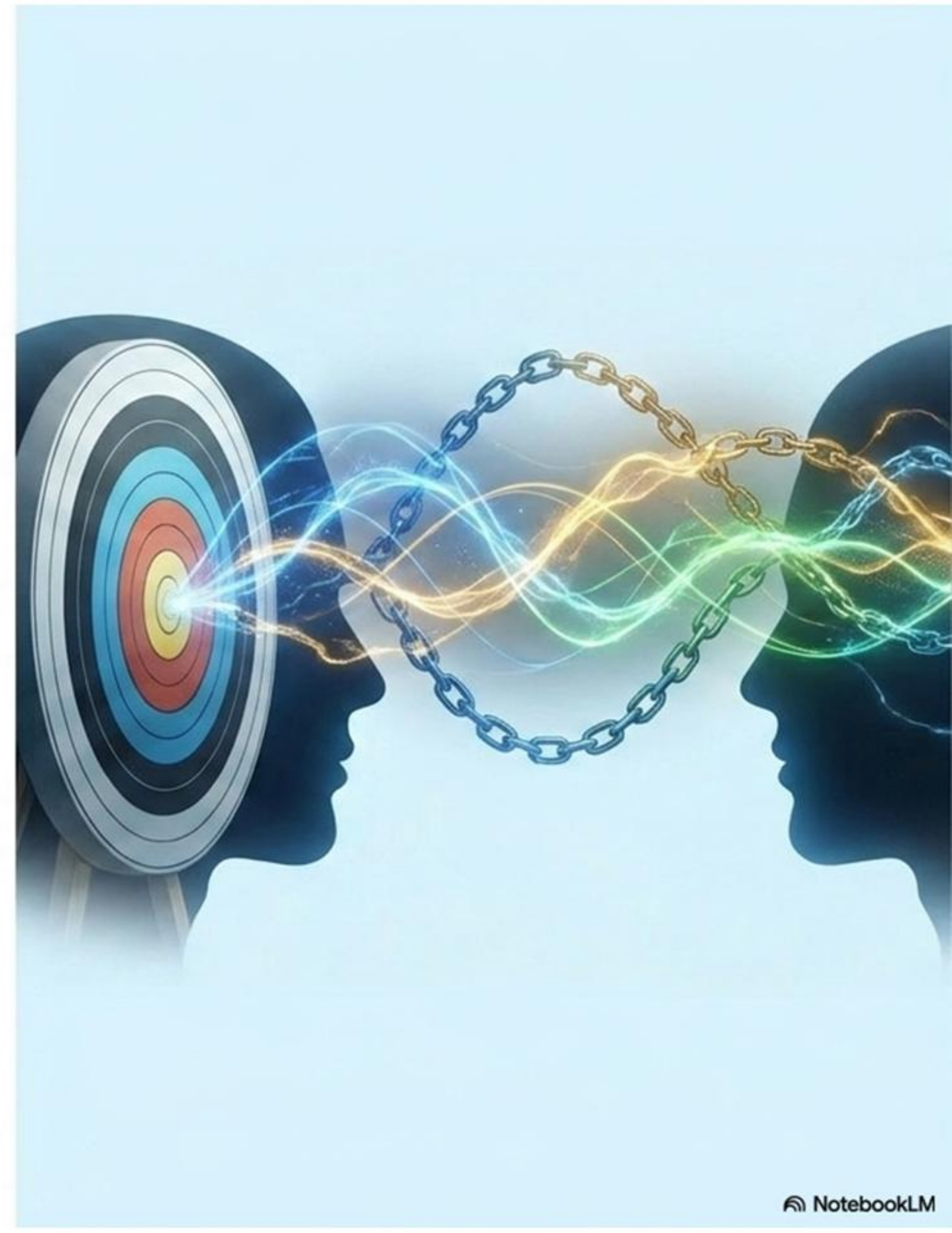
Strategi 2: Matlamat, Definisi & Konsep

Senarai Aktiviti:

1. Focus Point
2. Rantaian Jiwa
3. Kau Rasa Aku Rasa

Arahan Ringkas: Fasilitator memberi pendedahan mendalam kepada warga sekolah mengenai takrifan perlakuan buli serta melatih empati agar mereka dapat merasai pengalaman dan penderitaan emosi mangsa.

Kesimpulan: Meningkatkan penghayatan dan pengetahuan warga sekolah mengenai konsep buli yang sebenar dan parut emosi pada jiwa individu.



Strategi 3: Jenis, Faktor & Implikasi Buli

Senarai Aktiviti:

- Tusukan Hempedu
- Sembilang Laut
- Dunia Batinku

Arahan Ringkas:

Edarkan keratan akhbar atau tayangkan sketsa kes buli. Minta ahli merungkai soalan sendiri untuk mengenal pasti punca mendalam dan membezakan pelbagai jenis manipulasi buli.

Kesimpulan:

Peserta menyedari keparahan masalah; ia bukan sekadar 'gurauan', tetapi meninggalkan implikasi trauma berpanjangan jika tidak dicantas.



Strategi 4: Pengurusan Disiplin & Peranan Bersama

Senarai Aktiviti:

- Pejuang
- Pahlawanku

Arahan Ringkas:

Fasilitator menelusuri carta aliran pengurusan disiplin sekolah dan menetapkan dengan jelas garis tanggungjawab spesifik untuk guru, pelajar, dan entiti komuniti agar selari.

Kesimpulan: Kesedaran kolektif bahawa rangkaian buli tidak boleh diputuskan oleh pentadbiran sekolah sahaja; ia menuntut kerjasama proaktif seluruh ekosistem.



Strategi 5: Peringkat Pencegahan (Prevention)

Senarai Aktiviti:

1. Sinaran Kegemerlapan
2. Muka Pintu

Arahan Ringkas:

Jalankan modul dan aktiviti kawalan pencegahan dengan segera untuk menyekat gejala gejala buli dari awal, sebelum ia sempat menular dan bertapak kukuh dalam persekitaran iklim sekolah.



Kesimpulan:

“Mencegah lebih baik dari merawat.”
Objektif utama adalah mewujudkan iklim selamat tanpa kompromi supaya pelajar bebas dari rasa terancam.

Strategi 6: Peringkat Perkembangan (Development)

Senarai Aktiviti:

1. Rantaian Hati
2. Teratai Malam

Arahan Ringkas:

Laksanakan bimbingan asertif dan empati berterusan. Fokus kepada membantu setiap murid sedar akan hak peribadi mereka, dan menghormati hak orang lain agar tiada ruang untuk penindasan.

Kesimpulan: Memperkasakan potensi murid secara berterusan agar mereka berani menentukan hak, sekaligus menutup ruang secara organik untuk budaya buli bertapak.



Strategi 7: Peringkat Pemulihan (Recovery)

Senarai Aktiviti:

1. Cahaya Bulan
2. Pancaran Matahari

Arahan Ringkas:

Fasilitator membimbing individu yang pernah berhadapan trauma buli (terutamanya mangsa) melalui proses intervensi dan pemulihan emosi yang berstruktur dan sistematik.

Kesimpulan: Menyediakan ruang selamat (*safe space*) penyembuhan psikologi agar parut trauma masa lalu tidak memusnahkan potensi dan masa depan mangsa.



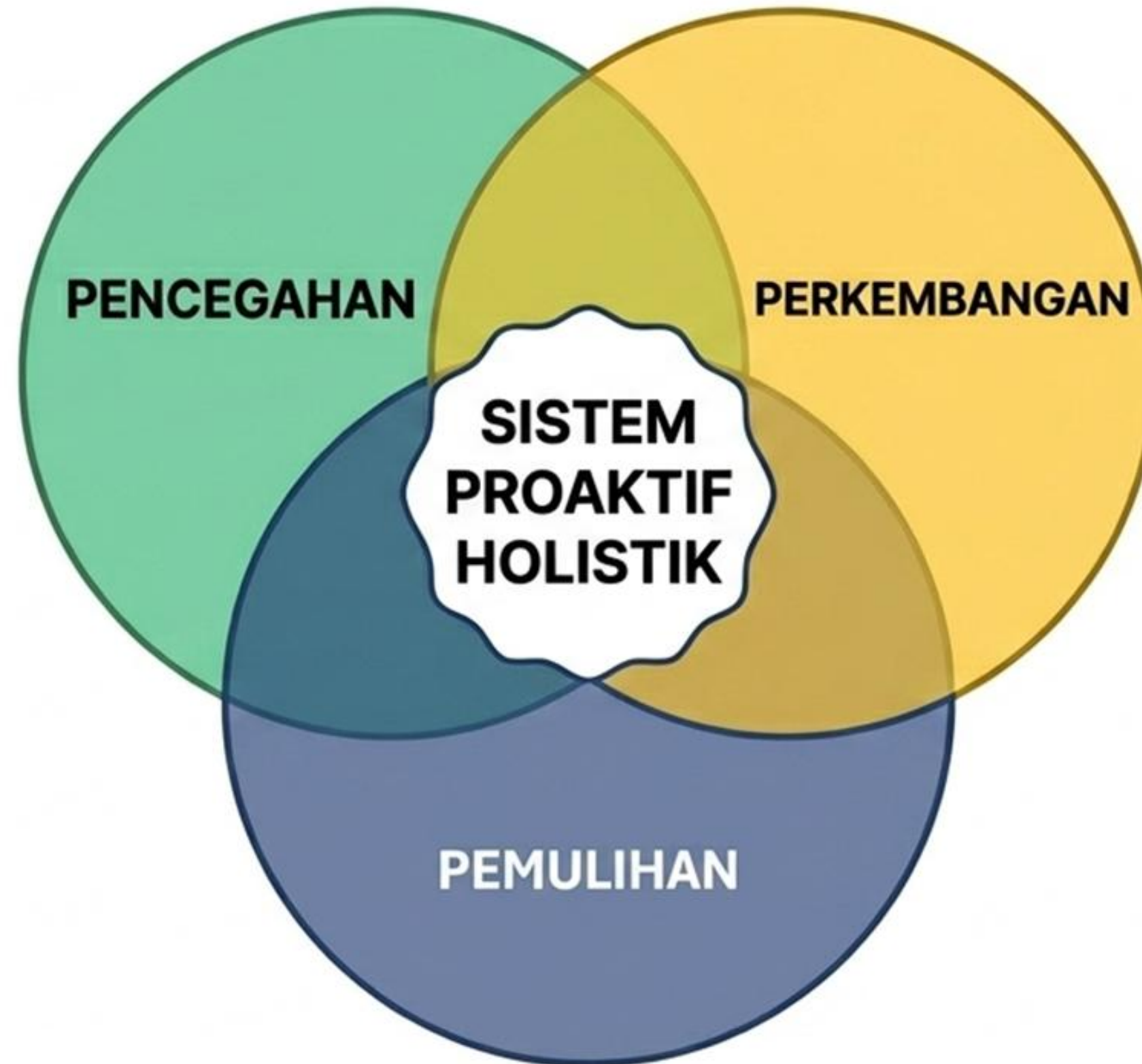
Strategi 8: Aplikasi 3 Orientasi Kaunseling

Aktiviti:

1. Cermin Kaca
2. Pusran Air
3. Roda Kehidupan

Arahan:

Laksanakan modul ketiga-tiga orientasi secara bersepadu di pelbagai peringkat umur.



Kesimpulan:

Transformasi sistem; beralih dari sikap reaktif memadam api selepas insiden kepada ekosistem proaktif yang berakar umbi.

Strategi 9: Peraturan Umum JANGAN Buli

Senarai Aktiviti:

- Aktiviti Kendiri: Jiwa Terseksa

Arahan Ringkas:

Fasilitator mendekonstruksi buku peraturan. Peserta meneliti aktiviti berasaskan senario situasi sebenar keluarga yang terjerumus dalam kegiatan buli untuk melihat aplikasi peraturan.

Kesimpulan: Memastikan kelompangan maklumat ditutup. Setiap warga sekolah wajib memiliki garis panduan jelas tentang sempadan salah laku.



Strategi 10: Tindakan Menangani Kes Buli

Senarai Aktiviti:

- Aktiviti Kendiri: Kegemilangan

Arahan Ringkas:

Membedah pelan tindakan konkrit: rekod khusus pelajar berisiko, penubuhan jawatankuasa penyelarasan khas anti-buli, dan pelaksanaan tindakan disiplin secara objektif dan tiada kompromi.

Kesimpulan: Memastikan integrasi antara tindakan tatatertib dan rawatan kaunseling berjalan selari dan diselaraskan secara praktikal.



Strategi 11: Tips-tips Amali Menangani Buli

Senarai Aktiviti:

- Aktiviti Kendiri: Keabadian Jiwa

Arahan Ringkas:

Agihkan peranan pemerksaan. Guru proaktif memantau; ibu bapa & Rukun Tetangga awasi keselamatan komuniti; Pihak media bantu siar kempen kupasan negatif kegiatan buli.

Kesimpulan: Penyatuan usaha dan sinergi antara guru, ibu bapa, jiran dan pengaruh media akan menjana benteng paling utuh menentang budaya buli.



Strategi 12: Peti Aduan Mangsa & Pemerhati Buli

Senarai Aktiviti:

- Aktiviti Kendiri: Keharmonian Cinta

Arahan Ringkas:

Peruntukkan 45 minit bimbingan senario untuk merangsang tahap pemikiran dan empati terhadap kefungsiian Peti Aduan. Mengajar cara melapor dengan berkesan, selamat, dan berani.

Kesimpulan: Memecahkan tembok ketakutan; mendorong saksi bisu dan mangsa untuk menonjolkan keberanian empati yang luar biasa demi menghentikan kezaliman.



Hentikan Buli, Bersama Kita Cegah!

Keupayaan menangani buli tidak pernah terletak pada satu pihak yang keseorangan. Integrasi 12 Strategi Pemerkasaan Kaunseling ini mencipta ekosistem perisai yang menggabungkan fasilitator, sekolah, ibu bapa, dan warga komuniti ke arah masa depan bebas penindasan.

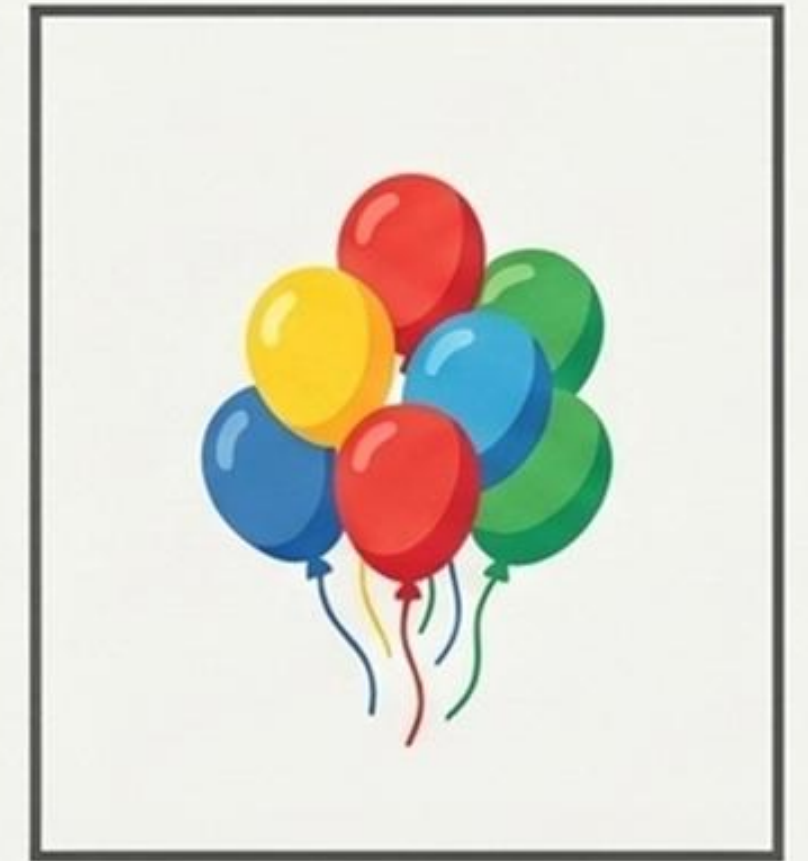
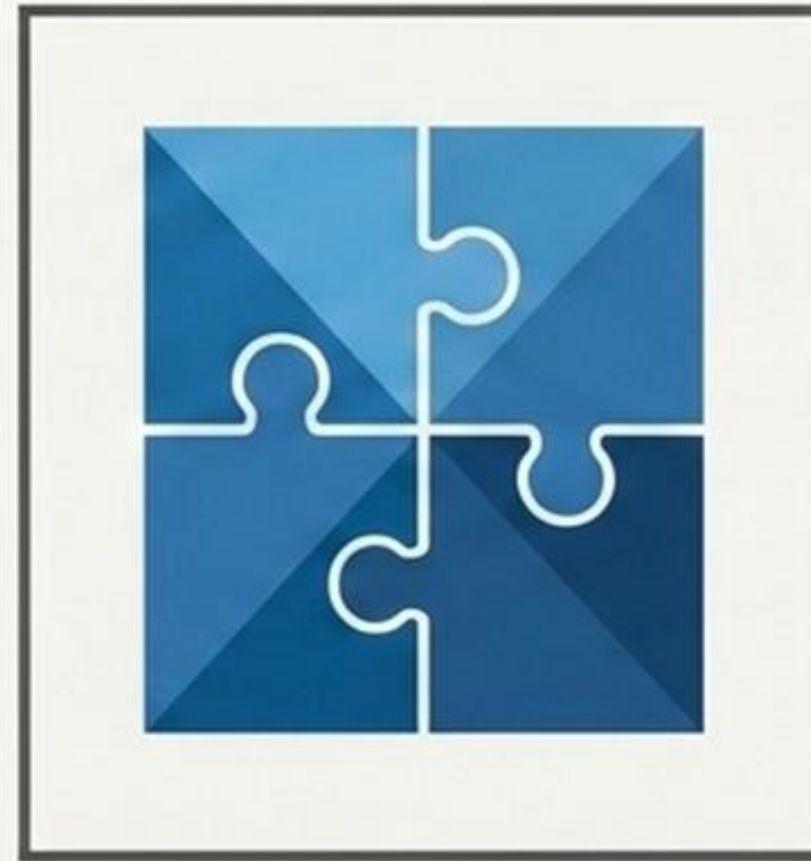
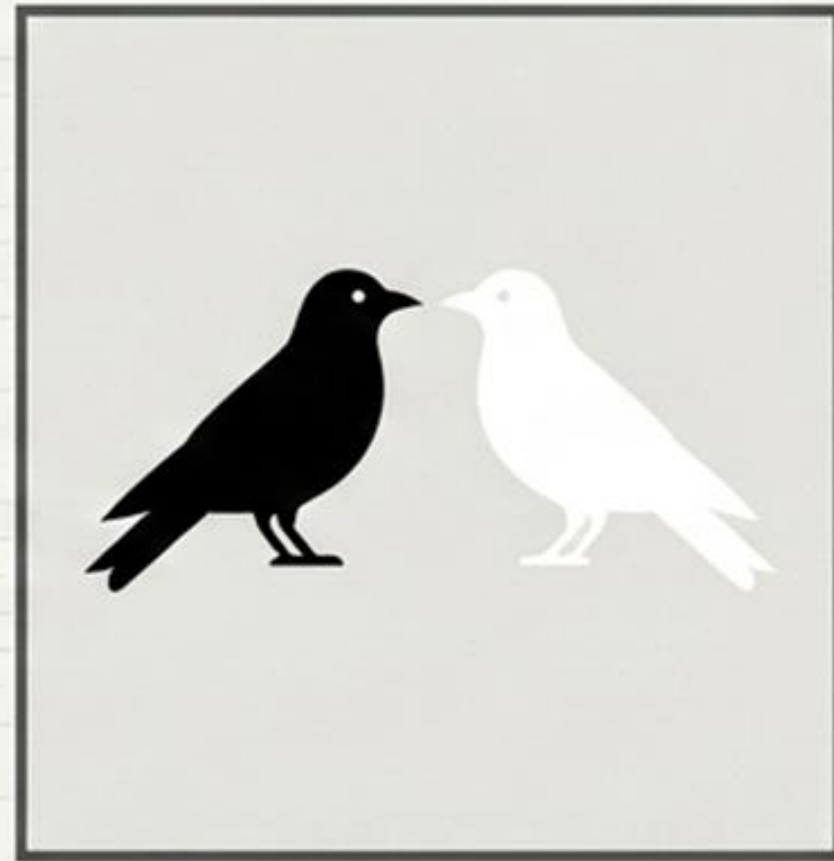
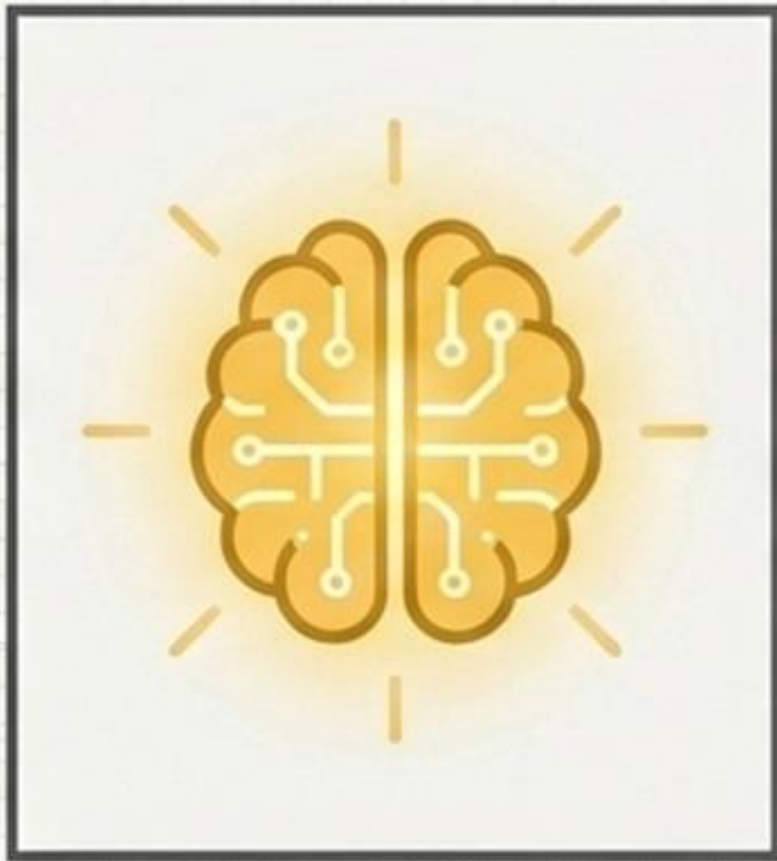
**Mulakan Pelan Tindakan 12 Strategi di Sekolah Anda Hari Ini.
Berdiri Teguh, Bertindak Berani!**



Strategi 1

Pengenalan modul

pemeriksaan menanganani buli



MENGAPA SUAI KENAL TAKTIKAL PENTING?



Masa: 30 Minit

Kapasiti: 10 - 50 Peserta

Format: Kelas / Dewan



MEMECAHKAN TEMBOK

Mengenali antara satu sama lain dengan lebih mendalam untuk membina interaksi mesra.



MENGURANGKAN HALANGAN

Mengenali fasilitator untuk memecahkan rasa segan dan membina kepercayaan awal.



MEMBINA PASUKAN

Membentuk pasukan yang mantap dan bersedia memberikan kerjasama penuh untuk modul seterusnya.

Kuadran Aktiviti: Pilihan Pelaksanaan

Aktiviti A - Minda Emas



Mekanisme:

Duduk & Fokus. Ujian daya ingatan profil peribadi.

Aktiviti B - Gagak & Merpati



Mekanisme:

Refleksi Kendiri. Analisis sifat positif dan negatif diri.

Aktiviti C - Pemimpin



Mekanisme:

Penyelesaian Masalah. Cantuman serpihan gambar dalam masa 10 minit.

Aktiviti D - Kita Ditakdirkan Bersama



Mekanisme:

Dinamik Aktif. Pergerakan fizikal rawak menggunakan belon terbang bermuzik.

Aktiviti A: Minda Emas

1

Tulis Profil

Peserta menggunakan kulit depan modul untuk menulis butiran peribadi.

2

Bentuk Bulatan

Kumpulkan 10 orang ahli bersama 1 orang fasilitator dalam satu bulatan.

3

Kenalkan Diri

Setiap peserta memperkenalkan diri dengan membaca profil yang ditulis.

4

Uji Ingatan

Peserta dituntut memperkenalkan ahli lain. Yang berjaya mengingat semua digelar Minda Emas.

Pendedahan Aktiviti: Minda Emas



Memaksa tumpuan melalui motivasi persaingan sihat.

- **Motivasi Ingatan:** Gelaran Minda Emas menjadi pendorong kuat untuk peserta memberi perhatian penuh.
- **Kerjasama Segera:** Memaksa ahli membina persefahaman pada minit-minit pertama dalam kumpulan.

Aktiviti B: Gagak & Merpati (Mekanik Pelaksanaan)

1

Kenal Pasti Sifat

Peserta menulis senarai sifat di ruangan Merpati (Positif) dan Gagak (Negatif).

2

Kiraan Masa

Fasilitator memantau dan menetapkan had masa untuk refleksi refleksi sendiri.

3

Perkongsian

Apabila tamat masa, peserta berkongsi sifat-sifat tersebut dengan ahli kumpulan.

4

Tindakan Susulan

Fasilitator memberikan penegasan: kekalkan yang putih, buang yang hitam.

Analogi Cermin Diri: Gagak vs Merpati



MERPATI

Identiti:

Jinak dan Berwarna Putih.

Mewakili:

Sifat Positif.

Tindakan:

Mesti dikekalkan supaya dapat menjalani kehidupan yang baik dan harmoni.



GAGAK

Identiti:

Sombong dan Berwarna Hitam.

Mewakili:

Sifat Negatif.

Tindakan:

Mesti dibuang jauh-jauh agar hidup tidak merana dan sengsara kelak.

Aktiviti C: Pemimpin (Mekanik Pelaksanaan)



Pendedahan Aktiviti: Pemimpin



Memecahkan benteng kesombongangan melalui tindakan proaktif.

- **Buang Sifat Malu:** Memaksa peserta membuang rasa segan untuk bertanya dan berinteraksi.
- **Proaktif Mencari:** Membuktikan bahawa kita perlu aktif mencari, bukan hanya pasif menunggu.
- **Cegah Pengasingan Diri:** Mengelakkan sikap enggan bekerjasama dengan orang lain.

Aktiviti D: Kita Ditakdirkan Bersama (Mekanik Pelaksanaan)

1

Tiup & Ikat

Setiap peserta dibekalkan belon untuk ditiup dan diikat.

2

Lambung & Muzik

Peserta melambung belon ke udara dan bertukar-tukar secara rawak.

3

Berhenti & Pegang

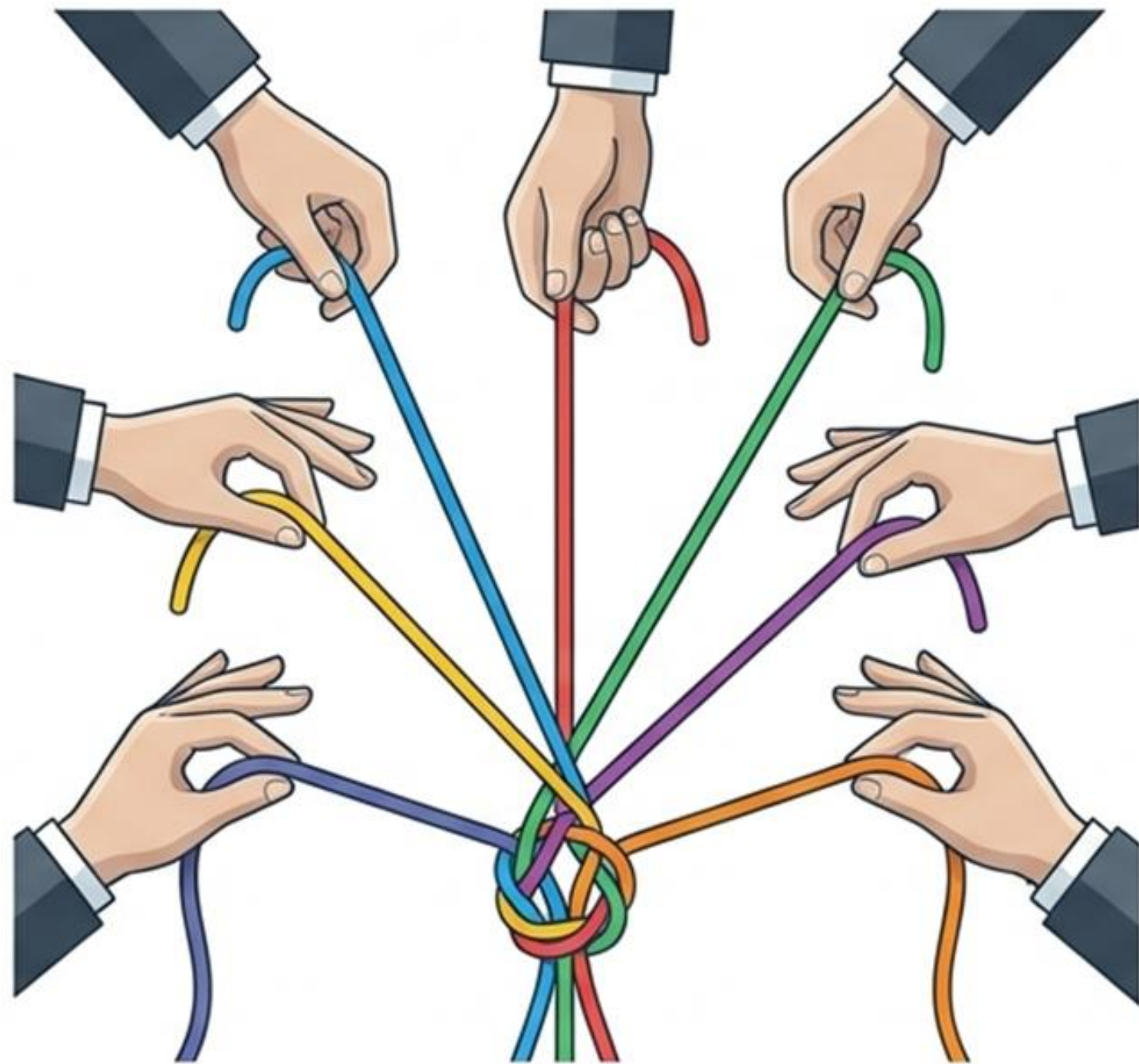
Selepas 3 minit, muzik dihentikan. Tangkap satu belon tanpa meletupkannya.

4

Kumpul Ikut Warna

Peserta membentuk kumpulan baharu berdasarkan warna belon di tangan.

Pendedahan Aktiviti: Kita Ditakdirkan Bersama



Setiap pertemuan adalah takdir yang digerakkan oleh tindakan kita.

- **Anugerah Perkenalan:** Menanam kesedaran bahawa **perkenalan** dengan kawan baharu adalah satu anugerah.
- **Tindakan Mendorong Hasil:** Tindakan kita menangkap **belon menentukan** dengan siapa kita akan bersahabat.

Aktiviti	Fokus Utama	Dinamik Pergerakan	Output Fizikal
Minda Emas	Daya Ingatan	Statik (Duduk dalam bulatan)	Kad Profil A4
Gagak & Merpati	Refleksi Kendiri	Statik & Perbincangan	Senarai Sifat
Pemimpin	Penyelesaian Masalah	Pergerakan Sederhana (10 Minit)	Cantuman Gambar
Kita Ditakdirkan Bersama	Tenaga & Tindakan	Pergerakan Tinggi (3 Minit)	Kelompok Belon Warna

Pilih aktiviti berdasarkan profil tahap tenaga peserta dan ruang fasiliti yang ada.

Strategi 2

**Matlamat, Definisi & Konsep Modul
Pemeriksaan Menangani Buli Dalam
Perkhidmatan Kaunseling Di Sekolah**

Merapatkan Jurang Antara Pengetahuan dan Tindakan

Kita tidak boleh membanteras musuh yang tidak kita fahami sepenuhnya. Strategi 2 bukan sekadar taklimat disiplin; ia adalah jambatan psikologi yang direka untuk memindahkan ekosistem sekolah daripada kesedaran di permukaan kepada empati yang dihayati sepenuhnya.



Sinaran Kesan Kepada Ekosistem Sekolah

Matlamat Strategi 2 adalah untuk memberi pemahaman, penghayatan, kesedaran, pengetahuan, dan penilaian yang komprehensif mengenai perlakuan buli dan kesan yang ditinggalkannya.



Menyingkap Definisi Sebenar Buli

Strategi 2 memberi penekanan kritikal bahawa perbuatan yang kadangkala dilihat sebagai “perkara biasa” atau “gurauan” sebenarnya adalah bibit awal yang mendorong kepada kejadian buli yang lebih parah.



Tiga Serangkai: Matriks Aktiviti Strategi 2

Setiap aktiviti direka untuk sesi 30 minit, melibatkan 10 – 50 orang peserta.

Nama Aktiviti	Fokus Kognitif	Elemen Emosi
1. Focus Point	Penilaian pemahaman asas modul dan fungsi individu.	Refleksi sendiri terhadap pengalaman silam berkaitan buli.
2. Rantaian Jiwa	Mendefinisi semula "perbuatan biasa" yang mengarah kepada buli.	Kesedaran kolektif dan pengiktirafan norma yang toksik.
3. Kau Rasa Aku Rasa	Pemahaman konsep secara mendalam dan berstruktur.	Empati radikal—menyelami penderitaan mangsa secara langsung.

Aktiviti 1: “Focus Point” — Membina Asas Refleksi

Langkah pertama menuntut kejujuran radikal. Sebelum peserta boleh memahami orang lain, mereka mesti menilai pemahaman mereka sendiri terhadap ekosistem sekolah dan sejarah peribadi mereka dengan buli.

01

Apakah tujuan Modul Pemerksaan Buli ini dilaksanakan pada pandangan anda?

Pernahkah anda terlibat, terlihat atau terdengar mengenai kejadian buli? Kongsikan.

Aktiviti 2: “Rantainya Jiwa” — Memutuskan Norma Toksik

Aktiviti ini mencabar minda peserta untuk merungkai definisi sebenar buli. Ia direka khusus untuk menyedarkan bahawa tindakan yang dianggap 'biasa' selalunya adalah titik mula dalam rantaian perlakuan buli yang serius.



Tugasan Teras: Jelaskan secara ringkas pemahaman anda mengenai definisi buli dan konsep modul ini.

Aktiviti 3: “Kau Rasa Aku Rasa” — Kemuncak Empati

Empati tidak boleh diajar secara teori; ia mesti dirasakan. Fasa terakhir dalam Strategi 2 membawa peserta menyelami secara mendalam kesakitan mangsa, mencipta penolakan mutlak dan kekal terhadap budaya buli di dalam sanubari mereka.



Tindakan

Akibat Emosi

Kitaran Psikologi Strategi 2

Ketiga-tiga aktiviti ini saling bertaut untuk mencipta perubahan **persepsi** yang kekal di kalangan pelajar dan seluruh warga sekolah.



Menerajui Perubahan Dari Dalam

Strategi 2 meletakkan asas psikologi yang paling penting: Kemanusiaan. Melalui matlamat, definisi, dan konsep yang jelas, perkhidmatan kaunseling di sekolah kini dipersenjatai bukan sekadar dengan peraturan, tetapi dengan kuasa pemahaman dan empati yang mendalam.

Kuasa untuk memutus rantai buli bermula di bilik kaunseling.





BLUEPRINT STRATEGI 3: ANATOMI KOGNITIF & EMPATI BULI

Rangka Tindakan Pelaksanaan Modul Pemerksaan Menangani Buli Dalam Perkhidmatan Kaunseling Di Sekolah (MMBKPM)



FASA DIAGNOSTIK (S3): JENIS, FAKTOR & IMPLIKASI BULI



STRATEGI 3 BERTINDAK SEBAGAI 'JAMBATAN DIAGNOSTIK'—MEMASTIKAN PELAJAR MEMAHAMI ANATOMI BULI SEBELUM INTERVENSI PEMULIHAN DILAKSANAKAN.

RANGKA KERJA KONSEPTUAL STRATEGI 3

Pillar 1: KOGNISI (Jenis Buli)

Disalurkan melalui Aktiviti:
Tusukan Hempedu (Klasifikasi Buli).

Pillar 3: AFEK / EMPATI (Implikasi)

Disalurkan melalui Aktiviti:
Dunia Batinku (Eksplorasi Sketsa).

Pillar 2: KONTEKS (Faktor Buli)

Disalurkan melalui Aktiviti:
Sembilang Laut (Analisis Akar Umbi).

Objektif Serampang Tiga Mata: Pelajar dan kaunselor bukan sahaja mengetahui fakta secara teori, tetapi dapat menghayati dan merasai implikasinya secara mendalam melalui kaedah klinikal dan simulasi.

MATRIKS PELAKSANAAN FASILITATOR

AKTIVITI KENDIRI	PARAMETER TERAS	MEKANISME PELAKSANAAN	OUTPUT DISASARKAN
● TUSUKAN HEMPEDU	30 MINIT (10-50 PESERTA)	PENILAIAN LATIHAN KENDIRI	PENGECAMAN JENIS BULI (FIZIKAL, SIBER, EMOSI, LISAN).
● SEMBILANG LAUT	30 MINIT (10-50 PESERTA)	ANALISIS PUNCA (LATIHAN KENDIRI)	MEMETAKAN FAKTOR PENCETUS BULI DI PERINGKAT MIKROSISTEM.
● DUNIA BATINKU	30 MINIT (10-50 PESERTA)	SIMULASI SKETSA & LAKONAN BERSTRUKTUR	PENJANAAN EMPATI DAN KEFAHAMAN IMPLIKASI RANTAIAN KE ATAS TIGA PROKSI (MANGSA, PELAKU, SEKOLAH).

AKTIVITI 1: TUSUKAN HEMPEDU (TAKSONOMI BULI)

Objektif Klinikal:

Membina literasi kognitif; memastikan peserta mengetahui dan memahami secara terperinci setiap klasifikasi jenis buli.

Mekanisme:

Menggunakan lampiran latihan untuk memaksa peserta merungkai definisi setiap jenis buli.



Nota Fasilitator:

Mengapakah klasifikasi ini penting?

Kesalahan mengenal pasti (misdiagnosis) antara gurauan dan buli emosi/lisan sering menjadi punca kelewatan intervensi dalam ekosistem sekolah.

AKTIVITI 2: SEMBILANG LAUT (ANALISIS AKAR UMBI)

Objektif Klinikal: Mengenal pasti faktor-faktor yang mendorong kepada patologi buli di luar batasan persekitaran sekolah.



Menangani simptom buli adalah mustahil tanpa merawat '**Sembilang Laut**'—akar umbi beracun yang membiak di luar radar sekolah.

AKTIVITI 3: DUNIA BATINKU (SIMULASI EMPATI AFEKTIF)

MEKANIK MODUL

Peserta melakukan sketsa berstruktur berdasarkan watak yang diberikan selama 30 minit.

OBJEKTIF KLINIKAL

Peralihan dari 'mengetahui' (Kognitif) kepada 'merasai' (Afektif). Memahami sketsa yang dipersembahkan dengan mendalam.

OUTPUT PSIKOLOGI & ARAHAN

Peserta dapat mendalami situasi dan trauma mangsa, meruntuhkan tembok rasionalisasi pembuli, dan merangsang tindak balas empati. Fasilitator mesti memantau, membuat rumusan, dan memberi penegasan sejujur selepas sketsa.



MATRIKS PEMETAAN IMPLIKASI (KESAN RANTAIAN BULI)

MANGSA (PUSAT EPISENTRUM)

Trauma emosi berpanjangan, pengasingan diri, kemerosotan akademik.

PEMBULI (PELAKU)

Perkembangan profil tingkah laku devian, risiko peminggiran sosial masa depan, ketiadaan nurani empati.

EKOSISTEM (PIHAK SEKOLAH)

Pencemaran iklim akademik, peningkatan beban pengurusan disiplin, penularan norma toksik dalam kalangan pemerhati.

Sketsa 'Dunia Batinku' direka untuk mendedahkan titik buta (*blind spots*) ini, membuktikan bahawa tiada pihak yang 'menang' dalam rantai buli.

RUMUSAN & TINDAKAN KLINIKAL FASILITATOR (GBK)



Kunci Kognitif Dahulu. Pastikan klasifikasi buli (Tusukan Hempedu) benar-benar difahami sebelum bergerak ke aktiviti empati. Kekeliruan definisi akan menjejaskan intervensi.



Gali Akar, Jangan Hanya Rawat Daun. Gunakan instrumen 'Sembilang Laut' untuk memetakan defisit sokongan keluarga atau pengawasan, bukan sekadar menyalahkan pelajar semata-mata.



Kawal Suasana Refleksi. Semasa sketsa 'Dunia Batinku', peranan fasilitator sebagai pemantau dan perumus adalah mandatori. Peneguhan (reinforcement) selepas lakonan adalah penentu kejayaan perubahan afektif.



Strategi 3 bukan sekadar modul; ia adalah rangka tindakan penyembuhan empati berpandukan data saintifik.

MODUL PEMERKASAAN MENANGANI BULI

Cetak Biru Pertahanan Sekolah

Strategi 4: Ekosistem
Pengurusan Disiplin & Peranan
Pahlawan Sekolah

Panduan Rujukan Strategik untuk Pentadbir dan Kaunselor

Membina Ekosistem Anti-Buli yang Mampan

Strategi 4 memfokuskan kepada mengenali dan memahami struktur pengurusan disiplin di sekolah serta mendalami peranan setiap pihak pengurusan.



Lingkaran Pertahanan Disiplin (Struktur Pengurusan)



Pahlawanku: Lima Tonggak Pertahanan

Setiap individu memikul tanggungjawab spesifik dalam membanteras buli. Mengenali peranan mereka adalah kunci kepada pengurusan disiplin yang berkesan.



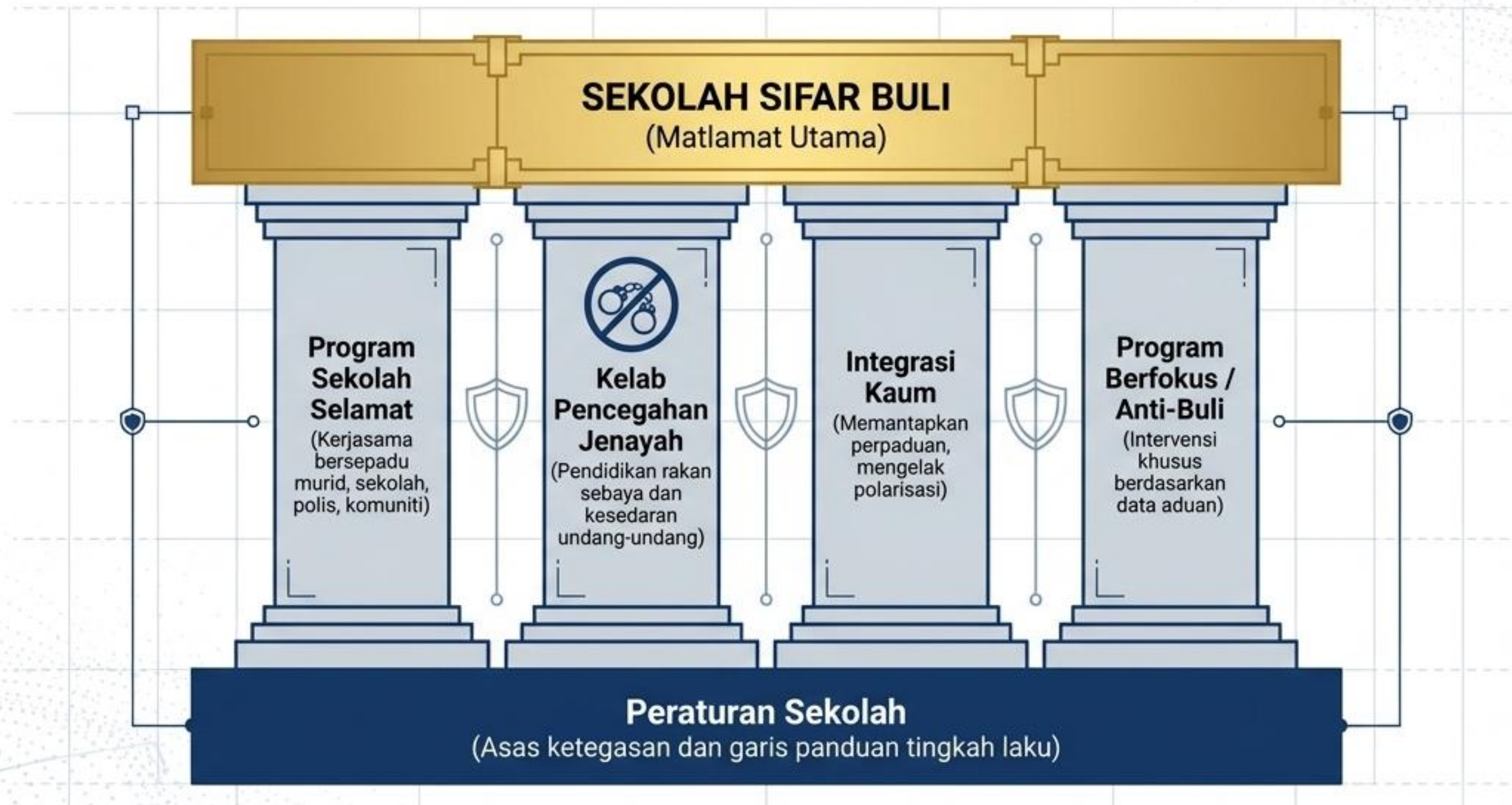
Matriks Diagnostik Pahlawan (Bahagian Pengurusan Tertinggi)

	PENGETUA	PK HAL EHWAL MURID (HEM)
Fokus Utama	Memastikan dasar keselamatan sekolah dipatuhi	Menyelaras dan memantau keseluruhan operasi disiplin & kebajikan.
Tindakan Proaktif	Menyediakan sumber dan peruntukan untuk program Anti-Buli	Merancang takwim program pencegahan (e.g., Sekolah Selamat) .
Tindakan Reaktif	Membuat keputusan muktamad bagi kes buli kritikal	Menguruskan laporan aduan rasmi dan menyelaraskan tindakan susulan.

Matriks Diagnostik Pahlawan (Bahagian Pelaksana Khusus)

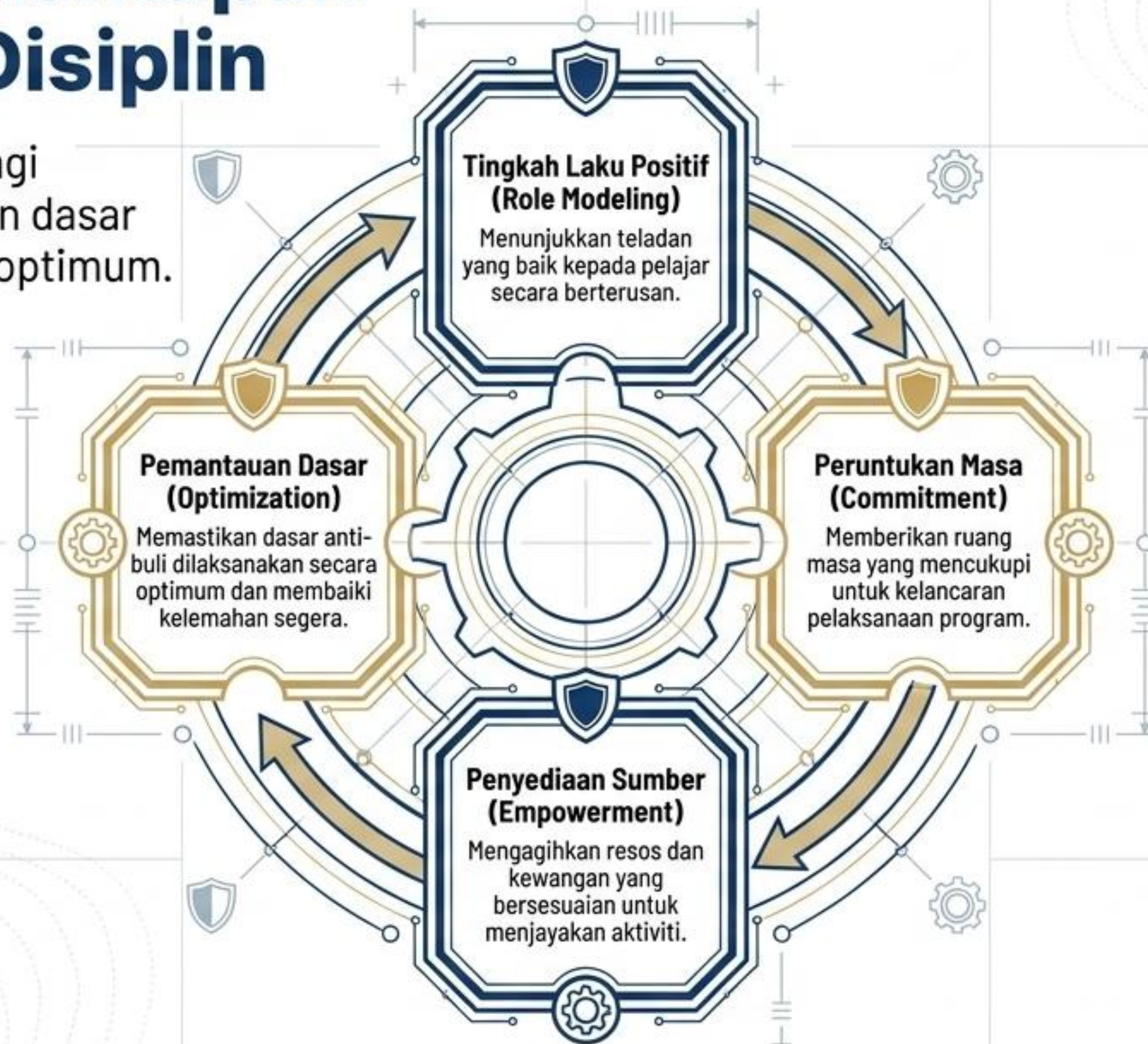
	GURU DISIPLIN	GURU BIMBINGAN & KAUNSELING	KETUA WARDEN
Fokus Utama	Penguatkuasaan peraturan & penyiasatan	Perkembangan holistik, pencegahan & pemulihan	Keselamatan & kesejahteraan pelajar di asrama
Tindakan Proaktif	Meronda kawasan titik buta (<i>blind spots</i>); memberi taklimat peraturan	Melaksanakan kempen kesedaran; membina iklim sekolah positif	Mewujudkan jawatankuasa asrama; memantau pergerakan luar waktu sekolah
Tindakan Reaktif	Menyiasat aduan buli; mengenakan tindakan tatatertib	Memberi sesi kaunseling (mangsa & pembuli); intervensi emosi	Mengasingkan pelajar bermasalah di asrama; lapor segera ke pentadbiran

Senjata Pejuang: Infrastruktur Program Anti-Buli



Kitaran Pemantapan Sokongan Disiplin

Empat elemen kritikal bagi memastikan program dan dasar sekolah berjalan secara optimum.



Senarai Semak Audit Pemantapan Pengurusan



Tinjauan Budaya (Cultural Audit)

Adakah guru secara aktif mempamerkan tingkah laku positif sebagai benteng pertama pencegahan buli?



Audit Takwim (Schedule Audit)

Adakah masa yang diperuntukkan dalam takwim sekolah benar-benar mencukupi untuk keberkesanan kempen, atau sekadar 'tangkap muat'?



Audit Logistik (Resource Audit)

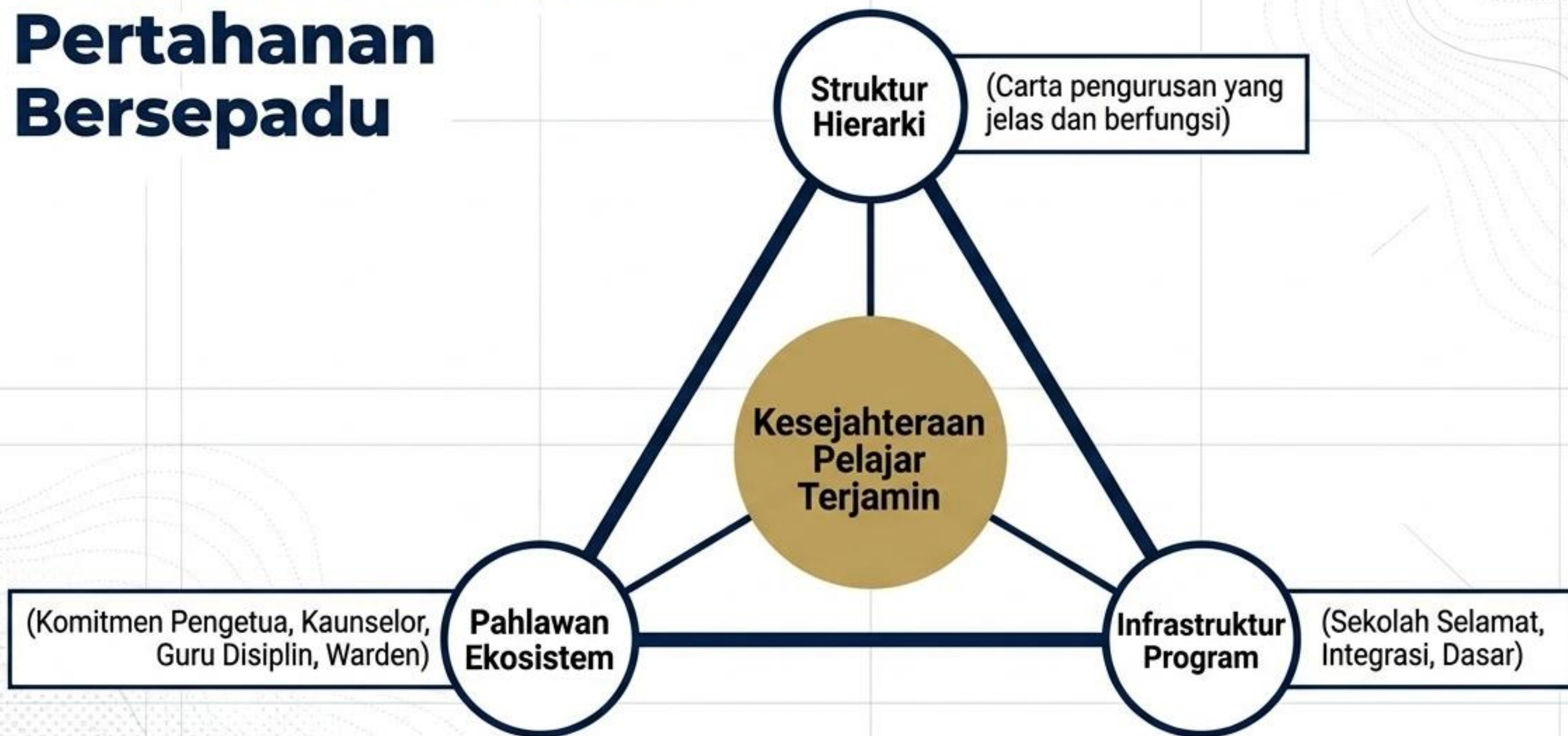
Adakah fasiliti, bahan edaran, dan dana mencukupi untuk menyokong modul Kaunseling dan Kelab Pencegahan Jenayah?



Audit Polisi (Policy Audit)

Adakah kelemahan dalam pelaksanaan peraturan sekolah dikesan dan disemak semula secara berkala berdasarkan data kes aduan?

Sintesis: Ekosistem Pertahanan Bersepadu



Buli tidak dapat dihapuskan oleh satu entiti sahaja. Ia memerlukan ekosistem yang berfungsi di mana struktur, peranan manusia, dan program pencegahan saling bertepatan.



Melangkaui Pendekatan Reaktif: Strategi Pencegahan Awal

Modul Pemerkasaan Menangani Buli:
Strategi 5 Peringkat Pencegahan



Sindrom 'Pemadam Api': Mengapa Tindakan Reaktif Tidak Mencukupi

Cabaran Semasa

"Kita memerlukan satu sistem yang aktif dan proaktif, bukannya hanya berfungsi sebagai "Fire Fighters" yang bersifat reaktif sahaja."

— Kementerian Pendidikan Malaysia, 2014

Anjakan Paradigma

Sistem Aktif & Proaktif

Menunggu krisis berlaku bermakna kerosakan emosi dan fizikal telah pun terjadi. Pencegahan di peringkat akar umbi adalah satu-satunya kaedah untuk membina ekosistem sekolah yang benar-benar selamat sebelum sebarang insiden buli bermula.

Evolusi Pengurusan Kaunseling Buli di Sekolah

Dimensi	 Pendekatan Reaktif (Pemadam Api)	 Strategi 5: Peringkat Pencegahan (Sistem Aktif)
Fokus Utama	Menyelesaikan konflik selepas kejadian	Membina ketahanan dan empati sebelum krisis
Beban Tugas	Berat dan memakan masa (Proses Pemulihan)	Lebih ringan dan terancang ("Tugas pencegahan adalah lebih ringan")
Sasaran	Hanya kepada pembuli dan mangsa	Seluruh warga sekolah dan kumpulan berisiko
Hasil	Kitaran buli mungkin berulang	Kesedaran sendiri dan ekosistem menolak buli

Seni Bina Strategi 5: Blok Pelaksanaan 90 Minit

0 - 45 Minit

Aktiviti 1: Sinar Kegemerlapan

Fokus Makro: Permuafakatan Disiplin Sekolah

- Pendedahan konsep pencegahan buli.
- Memahami peranan pihak pengurusan disiplin sekolah.
- Latihan perbincangan strategik.

*Peralihan dari
Kefahaman Sistem
ke Refleksi Diri*

45 - 90 Minit

Aktiviti 2: Muka Pintu

Fokus Mikro: Motivasi & Refleksi Individu

- Tayangan video kesedaran.
- Menanam penolakan buli dalam diri.
- Membina kekuatan untuk menentukan hak agar tidak ditindas.

Aktiviti 1: Sinar Kegemerlapan (Parameter Pelaksanaan)

Keperluan Mekanikal



- **Masa:** 45 Minit



- **Sasaran:** 10 - 50 orang peserta



- **Lokasi:** Kelas atau dewan yang bersesuaian dengan jumlah peserta



- **Alatan:** Alat tulis & Modul Latihan "Sinar Kegemerlapan"

Matlamat Aktiviti

1. **Pendedahan:** Memastikan peserta mengetahui konsep asas buli pada peringkat pencegahan.
2. **Permuafakatan:** Memaparkan permuafakatan pihak pengurusan disiplin di sekolah dalam usaha membanteras kes buli.
3. **Kefungsian Peranan:** Memahami secara mendalam setiap peranan pihak bertanggungjawab yang terlibat dalam usaha memperkasa pembanterasannya buli di sekolah.

Aliran Kognitif 'Sinar Kegemerlapan'



Aktiviti 2: Muka Pintu (Parameter Pelaksanaan)

Keperluan Mekanikal



- **Masa:** 45 Minit



- **Sasaran:** Kesyinambungan peserta (10-50 orang)



- **Lokasi:** Kelas atau dewan (Sama seperti Aktiviti 1)



- **Alatan:** Tayangan Video Motivasi Diri & Latihan Kendiri “Muka Pintu”

Fokus Emosi & Motivasi

Jika Sinar Kegemerlapan memfokuskan kepada sistem sekolah, **Muka Pintu** memfokuskan terus kepada jiwa individu.

Ia menggunakan **tayangan emosi (video)** untuk menanam **tekad pencegahan di peringkat akar umbi**—mencegah pelajar dari menjadi pembuli, dan **melatih potensi mangsa** untuk **bertegas dengan hak mereka**.

Membuka 'Muka Pintu': Soalan Refleksi Kritis

Menghadap Pembuli

"Sekiranya anda merupakan pembuli, apakah dengan melakukan buli anda merasakan masa depan anda cerah dan berkembang baik? Mengapa?"

Memperkasa Mangsa

"Bentuk pencegahan buli apakah yang boleh anda lakukan dalam usaha memperkasa diri agar tidak terus ditindas?"

Kunci Fasilitator: Peserta perlu sedar bahawa mereka 'berupaya dan berhak menentukan supaya tidak ditindas.' Gejala buli tidak berpeluang bertapak jika setiap murid mengetahui hak masing-masing.

Sintesis Strategi 5: Perisai dan Cahaya



Pencegahan efektif bukan sekadar peraturan (Sistem), dan bukan sekadar nasihat (Individu). Ia adalah titik pertemuan di mana pelajar bermotivasi disokong oleh disiplin sekolah yang proaktif.



'Pencegahan bukan sekadar satu aktiviti 90 minit; ia adalah budaya yang melindungi.'

Misi Kita: Tugas pencegahan adalah sentiasa lebih ringan berbanding proses pemulihan. Dengan melaksanakan Strategi 5, kita berhenti bertindak sebagai pemadam api, dan mula bertindak sebagai arkitek kepada masa depan pelajar yang lebih selamat, cerah, dan berkeyakinan.

Membina Kekuatan Dari Akar: Strategi 6

Modul Pemerksaan Buli Peringkat
Perkembangan



Jantung kepada pembinaan karakter jangka panjang. Mengubah fokus daripada 'menghukum' kepada 'memperkasa'.

Peralihan Paradigma: Orientasi Perkembangan

Tujuan Utama

Memastikan setiap murid berupaya dan berhak menentukan agar diri mereka tidak ditindas.

Fokus Kaunseling

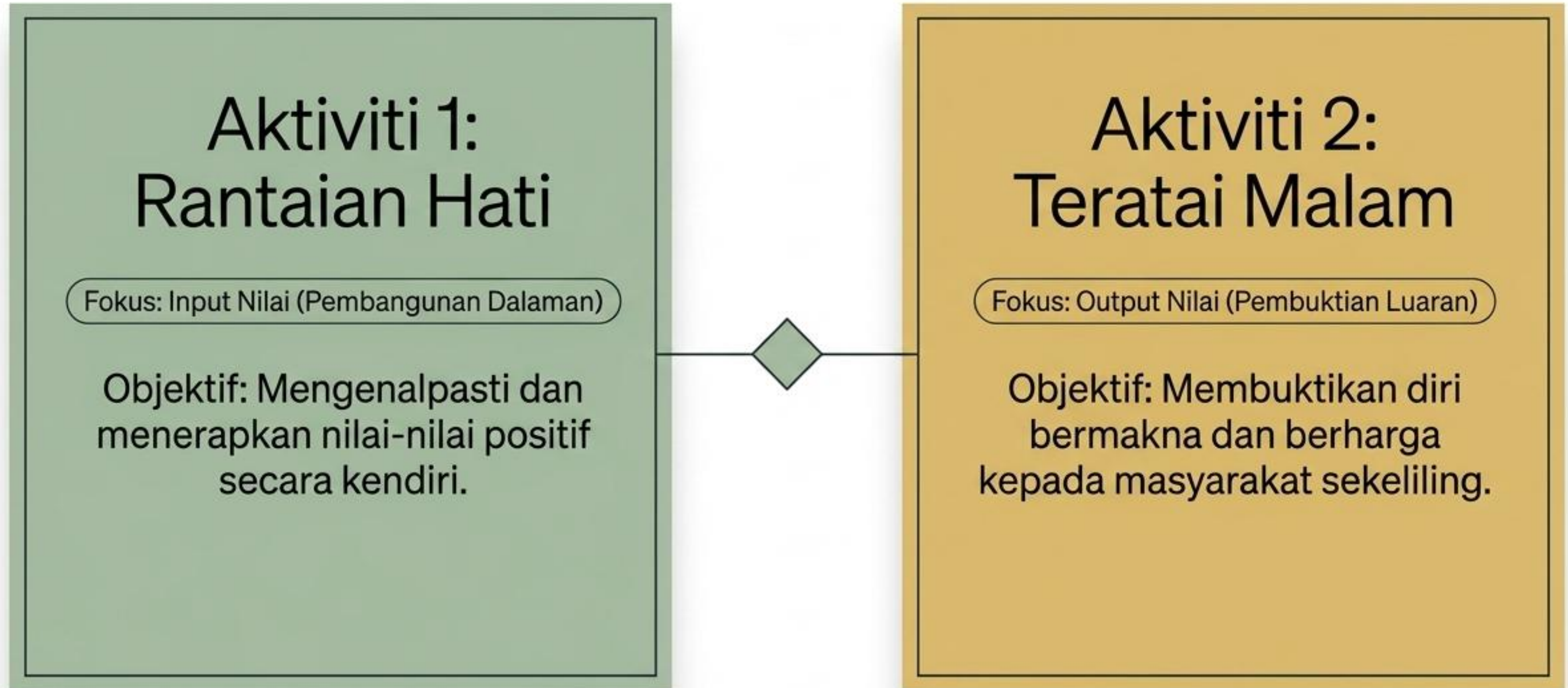
Menyelami tahap perkembangan psikologi individu yang terlibat atau berpotensi terlibat dalam persekitaran buli.

“
Murid tidak perlu menjadi mangsa buli...
”

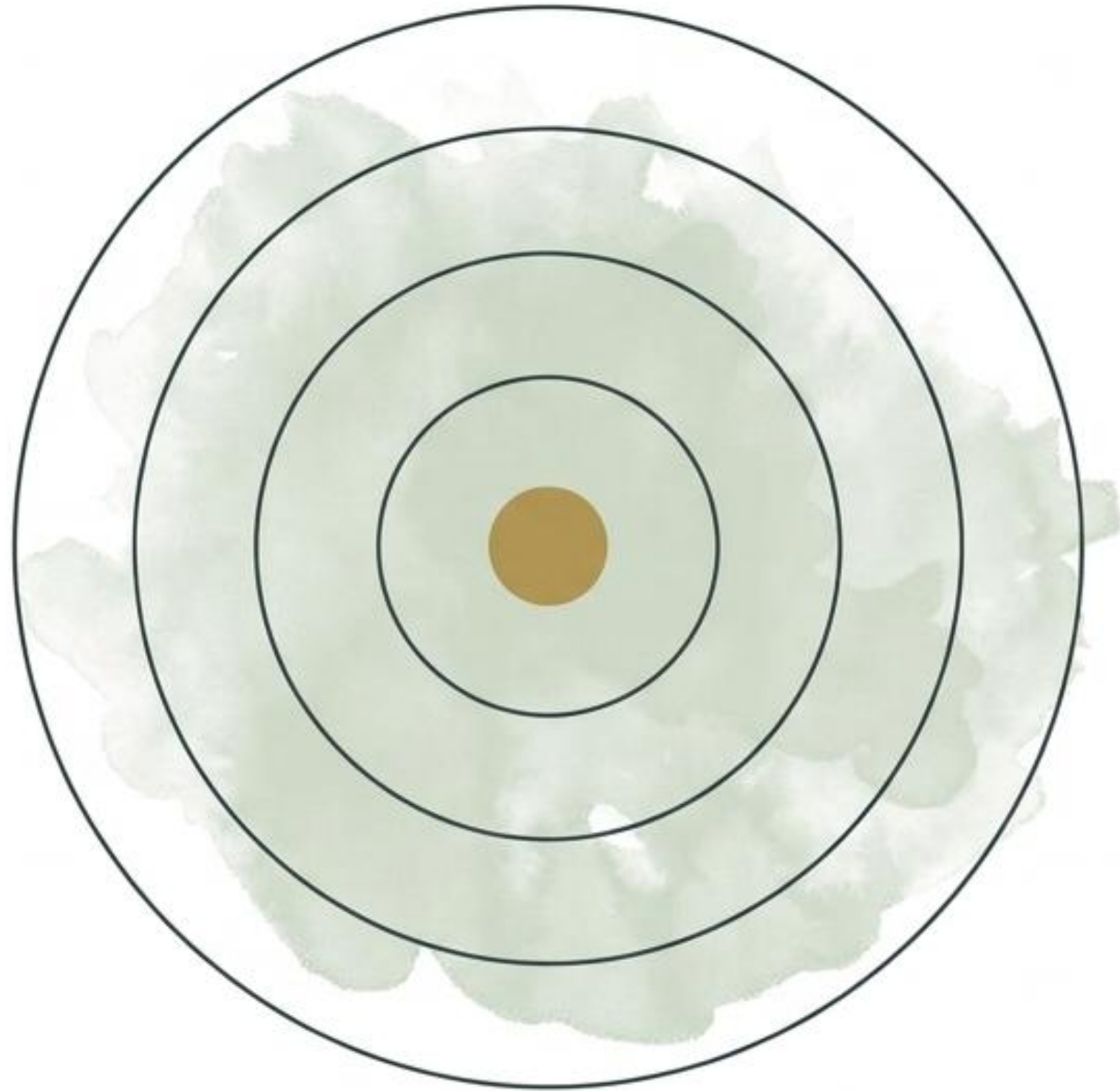


	Strategi 5 (Pencegahan)	Strategi 6 (Perkembangan)	Strategi 7 (Pemulihan)
Fokus / Masa	Sebelum kejadian berlaku	Semasa proses pembesaran/berterusan	Selepas kejadian berlaku
Sasaran Audiens	Semua warga sekolah	Pembinaan kapasiti dalaman individu	Mangsa dan pelaku buli
Output Utama	Peraturan dan kesedaran	Hak diri dan nilai positif asas	Penyembuhan dan pembetulan tingkah laku

Anatomi Strategi 6: Dua Paksi Pelaksanaan



Aktiviti 1: Rantainya Hati



Langkah 1: Eksplorasi Diri

Membimbing pelajar mencari nilai-nilai positif yang sering tersembunyi atau diabaikan dalam diri mereka.

Langkah 2: Penerapan Kesedaran

Mengukuhkan kefahaman bahawa setiap individu mempunyai kekuatan unik yang membentuk identiti peribadi.

Langkah 3: Perisai Mental

Menjadikan nilai positif tersebut sebagai benteng emosi untuk tidak mudah dipengaruhi oleh anasir negatif atau provokasi pembuli.

Aktiviti 2: Teratai Malam

Falsafah 'Teratai Malam'

Seperti teratai yang mekar walaupun di persekitaran yang gelap, pelajar diajar untuk melihat nilai diri mereka bersinar melalui sumbangan.

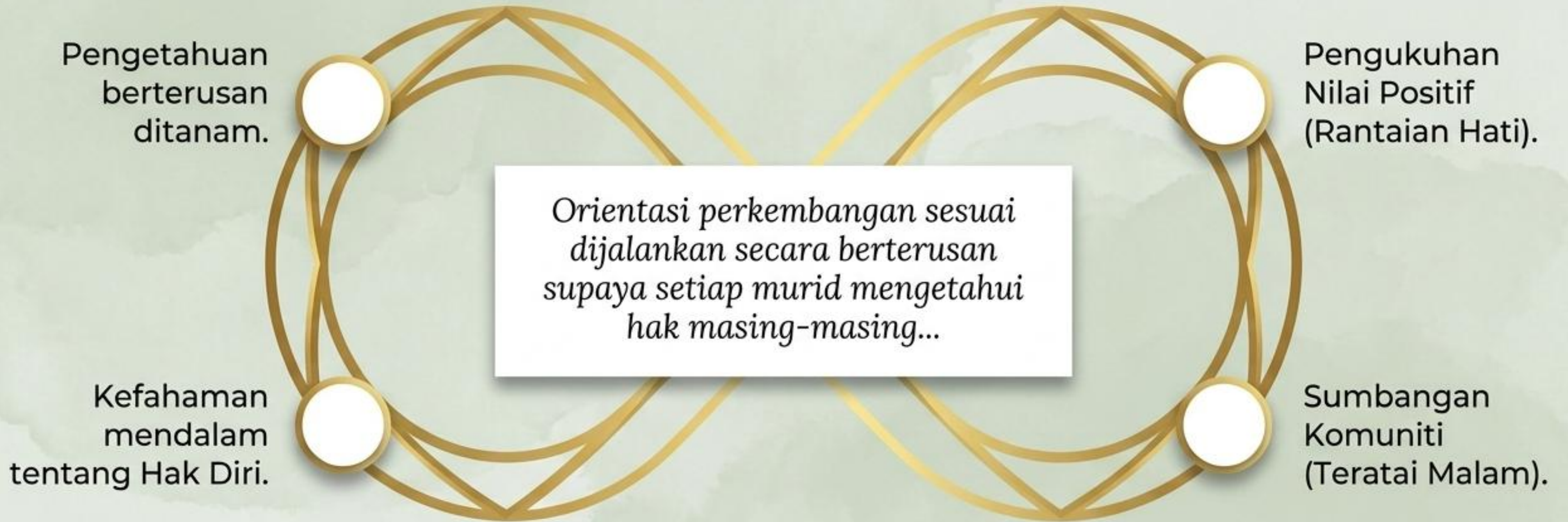
Soalan Teras Aktiviti

Apakah tindakan praktikal yang boleh dilakukan untuk membuktikan anda sangat bermakna kepada masyarakat sekeliling?

Transformasi Minda

Mengalihkan fokus pelajar daripada 'apa yang orang fikir tentang saya' kepada 'apa yang boleh saya sumbangkan kepada orang lain'.

Kenapa Mesti Berterusan?



Membina Ekosistem Kalis Buli

Apabila kapasiti dalaman pelajar mekar dan hak diri dipertahankan dengan jelas...

...gejala buli tidak lagi berpeluang bertapak di sekolah.



Laksanakan Strategi 6 bukan sebagai satu aktiviti, tetapi sebagai budaya sekolah.