

Psikoedukasi Pendidikan Anti Bullying Siswa SD Negeri Sidomulyo 02 Jember

Hasna' Huwaida*, Dhofir Catur Bashori, Riska Noviani

¹Universitas Muhammadiyah Jember; Jl. Karimata No. 49 Jember 68121, Telp. 0331 – 336728 / Fax. 337957

²Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jember

e-mail: *hasnahuwaida@unmuhjember.ac.id.

Abstrak

Isu bullying sebenarnya telah muncul bahkan sebelum maraknya berita-berita dalam media. Namun dewasa ini, berbagai macam kasus bullying di kalangan anak-anak, remaja bahkan dewasa kian ramai. Salah satu yang menjadi bentuk kekhawatiran bagi pendidik khususnya adalah tindakan bullying di sekolah. Anak-anak di usia sekolah dasar saat ini ternyata cukup membutuhkan arahan yang spesifik terkait anti-bullying. Hal ini sebagai harapan akan munculnya kesadaran siswa untuk tidak melakukan tindakan tidak terpuji tersebut, serta kesanggupan menghindarinya saat berhadapan dengan pem-bully. Program psikoedukasi yang mengangkat masalah bullying di sekolah dasar ini merupakan upaya penting dalam mengatasi masalah bullying di lingkungan Pendidikan. Metode yang digunakan adalah metode ceramah dan tanya jawab seputar pengetahuan tindakan anti bullying. Kegiatan berisi tentang konsep bullying, kemampuan mengenali tanda-tanda perilaku bullying, serta dalam mempromosikan sikap pro-sosial yang membantu mencegah dan mengatasi perilaku bullying. Kegiatan ini diikuti oleh siswa SD kelas 4, 5, dan 6 yang dipilih secara acak. Hasil kegiatan ini menunjukkan minat siswa yang besar akan pendidikan anti bullying dan pemahaman yang cukup atas materi yang disampaikan.

Kata kunci—Psikoedukasi, Anti Bullying, Sekolah Dasar

Abstract

In actuality, bullying was a problem before the story became widely publicized. However, bullying incidences of all kinds among kids, teens, and even adults are on the rise these days. Bullying at school is one issue that worries educators in particular. It turns out that primary school-aged kids today require particular anti-bullying instructions. It is hoped that pupils will learn to refrain from engaging in such ignominious behavior and be able to steer clear of bullies when they encounter them. An important step in resolving the issue of bullying in the educational setting is this psychoeducation program that targets the issue of bullying in elementary schools. Regarding understanding of anti-bullying strategies, the approach taken is a lecture and question and answer one. The activity covers the idea of bullying, how to see the warning signs of bullying conduct, and how to encourage pro-social attitudes that aid stop and stop bullying. Randomly selected elementary school kids in grades 4, 5, and 6 participated in this activity. The outcomes of this activity reveal students' strong desire in anti-bullying education and enough knowledge of the provided content.

Keywords—Psychoeducation, Anti Bullying, Elementary School.

1. PENDAHULUAN

Perhatian pendidikan saat ini tertuju pada kasus *bullying*. Bila dilihat pada berbagai media kabar di Indonesia saja contohnya, ditemukan banyak kasus perundungan yang dilakukan oleh mereka dari berbagai usia. Salah satu lokasi tindakan tercela tersebut adalah di sekolah. Pelaku *bullying* seringkali memulai dengan membuat takut korban *bully*-nya secara emosional atau psikologis. Berbagai macam alasan yang menjadi awal mula tindakan bullying di antaranya mencari perhatian orang tua dan teman atau munculnya keinginan untuk memegang kendali dan merasa penting.

Selain itu, meniru apa yang dilakukan orang dewasa atau program televisi yang tidak mendidik juga dapat menjadi sebab (ZAKIYAH et al., 2017). Faktor-faktor lain yang dapat memicu perundungan atau bullying dapat juga berasal dari faktor kepribadian, keluarga, trauma masa lalu dan lingkungan sekolah (Muhopilah & Tentama, 2019). Faktor-faktor tersebut menjadikan seluruh tempat dapat berpotensi sebagai tempat terjadinya bullying atau perundungan. Dan sekolah yang notabene sebagai lingkungan pendidikanpun tak luput dari tindakan bullying.

Dari data yang dihimpun oleh Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) dan Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI), kasus *bullying* masih menjadi teror bagi anak-anak di lingkungan sekolah. Dari data tersebut juga diketahui, tercatat 226 kasus *bullying* pada tahun 2022, 53 kasus di tahun 2021, dan di tahun 2020 sebanyak 119 kasus. Sementara itu untuk jenis *bullying* yang sering dialami korban ialah bullying fisik (55,5%), *bullying* verbal (29,3%), dan *bullying* psikologis (15,2%). Untuk tingkat jenjang pendidikan, siswa SD menjadi korban *bullying* terbanyak (26%), diikuti siswa SMP (25%), dan siswa SMA (18,75%). Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) dalam laporan Indikator Tujuan Pembangunan Berkelanjutan Indonesia 2022 mayoritas siswa yang mengalami perundungan atau *bully* di Indonesia adalah laki-laki. Dengan persentase kasus *bully* di kategori kelas 5 SD pada siswa laki-laki sebanyak 31,6%, lalu perempuan 21,64% dan 26,8% secara nasional. Kemudian persentase di kategori siswa kelas 8 SMP pada siswa laki-laki mencapai 32,22%, lalu siswa perempuan sebesar 19,97% dan se-indonesia 26,32%. Sementara untuk presentasi di kategori siswa kelas 11 SMA/SMK pada siswa laki-laki sebanyak 19,68%, perempuan 11,26%, dan nasional 15,54% (Irwanti & Haq, 2023). Menurut Komisi Nasional Perlindungan Anak (Komnas PA) sepanjang tahun 2023 terdapat 3.547 aduan kasus kekerasan terhadap anak. Sedangkan menurut KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia) dari Januari hingga Agustus 2023 terdapat 2.355 kasus di antaranya 861 kasus terjadi di lingkup satuan pendidikan dengan 487 kasus kekerasan seksual, 236 kasus kekerasan fisik dan 87 kasus bullying (Muchaddam et al., 2024).

Data-data dalam kurun waktu tersebut mengindikasikan salah satu tempat yang juga berpotensi terjadi perundungan atau bullying yaitu di sekolah, di berbagai tingkatannya. Perilaku bullying di kalangan pelajar adalah perilaku menyimpang dan berbahaya hingga dapat disebut sebagai tindak kriminal. Karenanya perlu penanganan yang intensif. Berbagai aspek dalam sekolah hendaknya berperan serta dalam pencegahan hingga penanganan perilaku bullying ini (Sulisrudatin, 2014). Lingkungan yang sehat dapat dibentuk dengan kerja sama sekolah, dalam rangka menghindari hal-hal yang tidak diharapkan.

Berangkat dari banyaknya kasus tersebut, penulis menyusun program psikoedukasi di SD Negeri Sidomulyo 02 untuk memberikan pemahaman yang benar bagi siswa terhadap bullying. Berdasarkan observasi awal dan wawancara, ditemukan siswa yang selalu menyendiri dan tidak banyak berinteraksi dengan teman-temannya sebab kemungkinan dikucilkan. Fenomena yang ditemukan ini terjadi baik dikarenakan perbedaan fisik atau sikap anak yang menjadi korban *bully*. Seringkali pula korban *bully* merupakan anak berkebutuhan khusus atau anak yang memiliki masalah dengan teman sekelasnya ataupun kelas lainnya. Indikasi fenomena bullying di SD tersebut mendorong penulis untuk melakukan kegiatan psikoedukasi dalam mengatasi hal tersebut agar tidak menimbulkan banyaknya korban baru dan memberikan pemahaman kepada siswa mengenai *bullying*.

2. METODE

Pada dasarnya, psikoedukasi adalah sebuah metode edukatif dengan tujuan merubah pemahaman mental/psikis peserta yang dapat meningkatkan kualitas hidup individu (Putra & Soetikno, 2018). Intervensi ini relevan diberikan bagi semua kalangan, baik secara usia maupun tingkat pendidikan (Irwanti & Haq, 2023). Karenanya, penulis memilih kegiatan psikoedukasi guna meningkatkan pengetahuan siswa di SD Negeri Sidomulyo 2 Jember tentang bullying dan pencegahannya.

Metode yang penulis gunakan dalam proses psikoedukasi kegiatan ini ialah sebagai berikut:

- a. Evaluasi Awal: Observasi dan Interview

Evaluasi awal dilakukan sebagai tahapan pertama sebelum diberikannya intervensi psikoedukasi. Evaluasi awal dipilih dalam rangka memahami kebutuhan dan masalah mitra terhadap masalah perundungan. Evaluasi awal yang dilaksanakan dalam bentuk observasi dan wawancara terhadap pihak sekolah yakni kepala sekolah, guru dan juga beberapa siswa. Dari evaluasi awal ini didapatkan informasi berupa pemahaman siswa yang rendah mengenai bullying dan beberapa sebab kemungkinan terjadinya fenomena bullying di sekolah.

b. Intervensi: Ceramah

Setelah evaluasi awal dilaksanakan, penulis bersama tim menyusun materi psikoedukasi yang sesuai dengan kebutuhan. Selanjutnya penyampaian materi mengenai *bullying* oleh pemateri yang bertugas dengan metode ceramah. Dalam penyampaian materi juga akan dibuka diskusi mengenai *bullying* sehingga siswa memperoleh kesempatan untuk mengeksplorasi dan menambah pengetahuan yang dimilikinya sesuai dengan tingkat keingintahuan mereka.

c. *Ice breaking*

Pada anak asuh dilakukan *ice breaking* di pertengahan materi untuk membuat siswa fokus kembali pada materi dan membuat mereka tidak bosan dalam ruangan dalam waktu yang lama.

d. Evaluasi Akhir: Tanya Jawab

Metode tanya jawab disampaikan setelah semua tahapan telah dilakukan, sebagai evaluasi akhir. Dalam tanya jawab akan dibahas mengenai *bullying* dan review ulang bagaimana *bullying* di lingkungan sekitar siswa.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Materi yang disampaikan disusun dengan sedemikian rupa, dengan memperhatikan beberapa segi. Di antaranya segi isi materi yang sesuai dengan tujuan kegiatan, usia peserta kegiatan psikoedukasi dalam hal ini adalah siswa SD kelas 4, 5 dan 6 dengan rentang usia antara 9 hingga 12 tahun, serta kultur lingkungan sekolah SD Negeri Sidomulyo 2 Jember. Beberapa poin yang disampaikan dalam kegiatan ini meliputi:

1. Pengertian bullying, yang dapat dibatasi konteksnya dalam lingkup pelajar. Yaitu perilaku agresif yang dilakukan secara berulang oleh seseorang atau sekelompok pelajar terhadap pelajar lain dengan tujuan menyakiti pelajar tersebut.
2. Macam-macam bentuk bullying, di antaranya kontak fisik langsung (memukul, mendorong dsb), kontak verbal langsung (mengancam, mempermalukan, merendahkan dsb), perilaku non-verbal langsung (mengejek, menjulurkan lidah, disertai oleh bullying fisik atau verbal), perilaku non-verbal tidak langsung (mendiamkan seseorang, memanipulasi, mengucilkan dsb), pelecehan seksual (perilaku agresi fisik atau verbal), dan cyber bullying.
3. Tanda-tanda bullying yang dapat dilihat dari karakteristik pelaku bullying yang beraneka ragam seperti suka mendominasi orang lain, suka memanfaatkan orang lain untuk kepentingan pribadi, hanya peduli akan kebutuhan dan kesenangan diri sendiri, memandang rekan lebih lemah dari dirinya, cenderung melukai anak lain ketika tidak ada orang dewasa yang mengawasi, tidak memiliki rasa tanggung jawab dan juga haus perhatian (Sulisrudatin, 2014).
4. Tindakan terhadap bullying. Dalam poin ini pemateri memberikan arahan kepada korban bully maupun siapapun yang mengetahui tindakan tersebut untuk bertindak dan tidak tinggal diam untuk memutus rantai bullying, di antaranya adalah dengan berkomunikasi secara terbuka kepada orang dewasa yang dalam hal ini adalah orang tua serta guru di sekolah.

Setelah mengimplementasikan program psikoedukasi tentang *bullying* pada siswa SD, terdapat peningkatan yang signifikan dalam beberapa aspek, yaitu mengenai terjadinya peningkatan pengetahuan siswa tentang konsep *bullying*, termasuk pengertian, jenis-jenis, dan dampaknya terhadap korban. Siswa juga menunjukkan peningkatan kemampuan dalam mengidentifikasi tanda-tanda perilaku *bullying* baik secara fisik, verbal, relasional, dan *cyber*

bullying. Hasil ini didapatkan setelah diadakannya evaluasi akhir berupa sesi tanya jawab antara pemateri dan siswa SD Negeri Sidomulyo 2 Jember.

Pengabdian pada masyarakat ini menunjukkan bahwa program psikoedukasi tentang *bullying* memiliki dampak positif dalam membantu siswa SD Negeri Sidomulyo 02 dalam memahami, mengenali, dan mengatasi perilaku *bullying*. Juga yang berkaitan dengan beberapa aspek yang menjadi fokus program, seperti pengetahuan tentang *bullying*, kemampuan mengenali tanda-tanda *bullying*, yang mana terbukti dapat ditingkatkan melalui pendekatan psikoedukasi.



Gambar 1. Penyampaian Materi Psikoedukasi



Gambar 2. Peserta Psikoedukasi SD Negeri Sidomulyo 2 Jember

Peningkatan pengetahuan tentang *bullying* setelah diadakannya kegiatan psikoedukasi ini membantu siswa untuk lebih memahami dampak negatif dari perilaku tersebut, sehingga mereka dapat lebih proaktif dalam menghindari serta melaporkan kasus-kasus *bullying* yang terjadi di lingkungan sekolah, mengenali tanda-tanda *bullying* juga

memberikan kepercayaan diri kepada siswa untuk mengintervensi ketika mereka atau temannya mengalami *bullying*. Selain itu, kegiatan ini dapat meningkatkan sikap pro-sosial seperti empati dan kerjasama, yang menjadi faktor penting dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan inklusi, di mana siswa merasa didukung dan dihargai oleh teman-teman mereka.

4. SIMPULAN

Program psikoedukasi tentang *bullying* terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang *bullying*, kemampuan mereka untuk mengenali tanda-tanda perilaku *bullying*, serta dalam mempromosikan sikap pro-sosial yang membantu mencegah dan mengatasi perilaku *bullying* di lingkungan sekolah. Psikoedukasi juga memberikan pendekatan yang praktis dan terukur dalam mengajarkan siswa tentang konsep *bullying* dan cara mengatasinya. Hal ini memberikan dasar yang kuat bagi siswa untuk memahami dan menghormati pentingnya perbedaan, berempati terhadap teman, dan bertindak secara proaktif untuk mencegah kasus *bullying*. Program psikoedukasi membantu menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan inklusi di mana siswa merasa didukung dan dihargai oleh teman-teman mereka. Hal ini dapat mengurangi tingkat perilaku *bullying* dan meningkatkan kesejahteraan mental dan emosional siswa.

Kehadiran pihak sekolah sangat penting dalam mendukung keberhasilan program psikoedukasi tentang *bullying*. Kolaborasi ini melibatkan semua pihak dalam upaya pencegahan dan penanggulangan *bullying* yang dapat memperkuat efektivitas program dan memastikan lingkungan sekolah yang lebih aman dan mendukung bagi semua siswa.

Dengan demikian, kegiatan psikoedukasi mengenai *bullying* di SD ini memiliki dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan siswa dalam mengatasi *bullying*, serta dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman, inklusif, dan mendukung.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih selayaknya kami ucapkan khususnya kepada pihak Sekolah Dasar Negeri Sidomulyo 2 Jember yang telah memberikan kami waktu dan tempat untuk berbagi pengalaman dan edukasi anti *bullying* ini. Terima kasih pula kepada Universitas Muhammadiyah Jember, atas terlaksananya kegiatan psikoedukasi anti *bullying* pada momentum masa bakti kami selama mengabdikan dalam Kuliah Kerja Nyata Gelombang 1 2024. Harapan kami kegiatan ini bukan hanya sebatas kegiatan sosialisasi yang terbatas oleh waktu pelaksanaannya saja, namun hendaknya menjadi pembelajaran yang berkelanjutan bagi siswa-siswa SDN Sidomulyo 2 Jember. Dengan demikian, kasus *bullying* di Indonesia dapat teratasi sebab gerakan anti *bullying* semacam ini telah dimulai sejak dini.

DAFTAR RUJUKAN

- Irwanti, R. U., & Haq, A. H. B. (2023). Efektivitas Psikoedukasi dalam Peningkatan Pengetahuan tentang Bullying pada Remaja. *Journal of Islamic and Contemporary Psychology (JICOP)*, 3(1s), 214–220. <https://doi.org/10.25299/jicop.v3i1s.12362>
- Muchaddam, A., Analisis, F., & Madya, L. (2024). Kekerasan pada anak di satuan pendidikan. *Pusat Analisis Keparlemenan Badan KEahlian Setjen DPR RI*.
- Muhopilah, P., & Tentama, F. (2019). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Bullying. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 1(2), 99–107.
- Putra, A. S., & Soetikno, N. (2018). Pengaruh Intervensi Psikoedukasi Untuk Meningkatkan Achievement Goal Pada Kelompok Siswi Underachiever. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 2(1), 254. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v2i1.1514>
- Sulirudatin, N. (2014). Kasus Bullying Dalam Kalangan Pelajar (Suatu Tinjauan Kriminologi). *Jurnal Ilmiah*

Hukum Dirgantara, 5(2), 57–70. <https://doi.org/10.35968/jh.v5i2.109>

ZAKIYAH, E. Z., HUMAEDI, S., & SANTOSO, M. B. (2017). Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 324–330. <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14352>