

PSIKOEDUKASI ANTI BULLY SEBAGAI UPAYA PREVENTIF TINDAK PERUNDUNGAN TINGKAT SEKOLAH DASAR

**Robik Anwar Dani¹, Yonathan Setyawan², Marcella Mariska Aryono³, David Ary Wicaksono⁴,
Andi Cahyadi⁵**

1.2.3.4.5 Jurusan Psikologi

Program Studi Psikologi (Kampus Kota Madiun) – Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya

Jl. Manggis, No. 15-17, Kecamatan Taman, Kota Madiun, Jawa Timur

Kode Pos 63131, Telp. (0351) 453328

Email: robik.anwar.dani@ukwms.ac.id

Abstrak:

Perilaku bullying atau perundungan adalah tindakan maladaptif yang dilakukan oleh anak-anak, sehingga perilaku tersebut tidak bisa dianggap normal, karena akan memberikan dampak negatif kepada korban. Para korban perundungan akan merasa tertekan, tidak percaya diri, takut, khawatir, dan stress ketika datang ke sekolah. Solusi yang ditawarkan untuk permasalahan yaitu dengan menawarkan kegiatan psikoedukasi anti bully di sekolah dasar yang berada di wilayah Kota Madiun dengan harapan bahwa mitra Abdimas ini memiliki pengetahuan tentang bullying dan dapat menghindari praktek bullying di sekolah. Abdimas ini akan dilaksanakan dengan metode ceramah, presentasi, modeling, role play, dan small group discussion atau diskusi kelompok. Metode ceramah dipilih karena metode ini akan membuka pemahaman para peserta kegiatan untuk lebih memahami makna bullying, jenis-jenis bullying, dampak bullying, serta bentuk-bentuk tindakan pencegahan bullying yang dapat dilakukan. Selanjutnya metode presentasi dan small group discussion adalah metode kombinasi yang dipilih dengan pertimbangan kedua metode ini dapat merangsang keaktifan para peserta kegiatan dalam mendiskusikan beberapa permasalahan bullying yang terjadi di sekolah, serta mencari jalan keluar dalam memecahkan kasus-kasus tersebut.

Kata kunci: bullying, sekolah dasar

PENDAHULUAN

Kejadian bullying telah menjadi masalah yang menjadi perhatian di bidang kesehatan di banyak negara, terutama di bidang kesehatan mental/jiwa. Bullying merupakan masalah perilaku yang umumnya terjadi pada anak-anak dan remaja dengan kejadian yang bervariasi di beberapa negara. Suatu penelitian di Irlandia menunjukkan bahwa sekitar 76.8% remaja menyebutkan bahwa ada teman mereka yang mengalami bullying di sekolahnya (Mc Guckin and Lewis, 2006). Penelitian lain pada siswa kelas 9 sampai 12 di Massachusetts, Amerika Serikat, menunjukkan bahwa hampir 30% remaja pernah mengalami bullying di sekolahnya (Schneider, et al, 2012). Bullying juga tidak hanya terjadi di lingkungan sekolah, tetapi dapat juga terjadi melalui internet atau sering disebut sebagai cyberbullying yang terjadi pada 16% siswa di Massachusetts tersebut (Schneider, et al, 2012). Kejadian bullying dapat terjadi selama masa sekolah anak-anak, tetapi kejadian tertinggi umumnya terjadi di awal sekolah dasar (SD) dan di masa sekolah menengah pertama (SMP) yaitu sekitar umur 11-14 tahun (Selekman dan Vessey, 2004).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kejadian bullying memiliki kaitan dengan kejadian bunuh diri dan depresi pada anak-anak dan remaja. Sebuah review dari berbagai artikel penelitian yang terkait dengan dampak bullying terhadap kejadian bunuh diri menunjukkan bahwa anak-anak yang mengalami bullying memiliki risiko yang cenderung lebih tinggi untuk memiliki ide bunuh diri atau pernah mencoba untuk bunuh diri (The Association of Bullying, 2010). Penelitian oleh Schneider, et al. (2012) juga menunjukkan bahwa korban bullying memiliki tingkat tekanan mental yang lebih tinggi, dengan kejadian depresi dan keinginan bunuh diri masing-masing sebesar 4.38% dan 5.35%. Korban bullying juga disebutkan mengalami penurunan prestasi belajar di sekolah dan lebih sering absen dari sekolah (Schneider, et al, 2012).

Perilaku bullying disebutkan sulit untuk diidentifikasi karena beberapa penelitian menunjukkan definisi bullying yang tidak

konsisten. Di lain pihak, secara umum bullying dapat didefinisikan sebagai perilaku yang agresif yang dapat menimbulkan tekanan emosional dan kerugian lainnya, menunjukkan adanya perbedaan kekuatan (power difference), dan dilakukan secara berulang (Piotrowski dan Hoot, 2008). The National Association of School Nurses (2003) mendefinisikan bullying sebagai perilaku verbal maupun non-verbal yang bersifat dinamis dan berulang, yang dilakukan oleh satu atau beberapa anak terhadap anak lain yang bertujuan untuk menaklukkan secara fisik, verbal, maupun emosional dan ditunjukkan dengan adanya power difference (Selekman dan Vessey, 2004). Perilaku bullying tidak termasuk anak-anak yang sekedar tidak suka satu sama lain, anak-anak yang berkelahi dengan kekuatan yang sama (perkelahian tidak selalu menunjukkan adanya perilaku bullying), dan anak-anak yang saling menggoda/mengejek sebagai suatu permainan (Selekman dan Vessey, 2004). Bullying dapat terjadi dengan manifestasi perilaku fisik maupun verbal. Manifestasi perilaku fisik dapat berupa memukul, menendang, meminta uang, merusak barang milik orang lain, atau mempermalukan orang lain dengan cara menarik pakaian dan sebagainya (Selekman and Vessey, 2004). Bullying dalam bentuk verbal dapat berupa mengancam, mengejek, menghina, memfitnah, membuat seseorang bermusuhan dengan orang lain, atau menyisihkan seseorang dari pergaulan di sekolah (Selekman and Vessey, 2004).

Beberapa penelitian menyebutkan kejadian bullying berhubungan dengan berbagai faktor. Menurut studi yang dilakukan oleh Vervoort dan Scholte (2010), kejadian bullying di sekolah-sekolah di Belanda bervariasi dan berhubungan dengan variasi etnis dan tingkat sosial ekonomi siswa di sekolah tersebut. Siswa dengan etnis minoritas di sekolah dengan proporsi etnis minoritas yang besar cenderung untuk melakukan bullying terhadap anak-anak dengan etnis mayoritas (Vervoort dan Scholte, 2010). Faktor internal seperti karakteristik kepribadian anak yang antisosial dan faktor eksternal seperti kebiasaan orang tua mendisiplinkan anak dengan keras dan pengaruh media seperti acara televisi dan video game yang menunjukkan kekerasan juga berpengaruh

terhadap perilaku bullying (Selekman dan Vessey, 2004). Anak-anak pelaku bullying cenderung meneruskan perilakunya jika melihat tidak ada respon atau tindakan tegas dari orang tua atau guru sekolahnya (Selekman dan Vessey, 2004).

Fenomena tersebut juga terjadi pada mitra ABDIMAS yang merupakan lembaga peneididikan yang ada di wilayah kota Madiun. Berdasarkan hasil wawancara dan monitoring dari Dinas Sosial Kota Madiun dapat diketahui bahwa di beberapa sekolah dasar di Kota Madiun sering terjadi tindakan bully atau perundungan. Bentuk perundungan yang sering terjadi adalah perundungan verbal seperti mengejek, memfitnah, berkata yang tidak sebenarnya, serta yang menyakiti orang lain. Selain perundungan verbal ada juga perundungan sosial dalam bentuk pengucilan pertemanan dan juga membentuk circle atau geng.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang diterapkan dalam pelaksanaan Abdimas ini adalah ceramah, presentasi, modeling, role play, dan small group discussion atau diskusi kelompok. Metode ceramah dipilih karena metode ini akan membuka pemahaman para peserta kegiatan untuk lebih memahami makna bullying, jenis-jenis bullying, dampak bullying, serta bentuk-bentuk tindakan pencegahan bullying yang dapat dilakukan. Selanjutnya metode presentasi dan small group discussion adalah metode kombinasi yang dipilih dengan pertimbangan kedua metode ini dapat merangsang keaktifan para peserta kegiatan Abdimas dalam mendiskusikan beberapa permasalahan bullying yang terjadi di sekolah, serta mencari jalan keluar dalam memecahkan kasus-kasus tersebut. Setelah para anggota kelompok mendiskusikan topik yang diberikan kepada mereka, selanjutnya, mereka akan diberikan kesempatan untuk mempresentasikan hasil diskusi di depan kelas.

Adapun daftar sekolah yang menjadi sasaran dari kegiatan abdimas ini adalah:

1. SDN 01 Winongo
2. SDN 03 Kanigoro
3. SDN 01 Taman
4. SDN Ngegong

5. SD Mitra Harapan
6. SDN 01 Kartoharjo
7. SDN 01 Manisrejo
8. SDK Santo Bernardus
9. SDN 02 Nambangan Lor
10. SDN 04 Madiun Lor
11. SDN 02 Pandean
12. SDN 02 Josenan

Pelaksanaan kegiatan psikoedukasi anti-bully di sekolah dasar di Kota Madiun dilakukan melalui beberapa metode yang sistematis untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan para peserta. Berikut adalah tahapan dan metode yang digunakan:

1. Ceramah dan Presentasi: Kegiatan dimulai dengan penjelasan teoritis mengenai definisi, jenis-jenis, dampak, dan pencegahan bullying. Materi disampaikan menggunakan slide presentasi interaktif.
2. Modeling dan Role Play: Para peserta diberikan contoh perilaku yang mencerminkan bullying dan cara mengatasinya melalui simulasi peran.
3. Diskusi Kelompok Kecil (Small Group Discussion): Peserta dibagi ke dalam kelompok kecil untuk membahas studi kasus terkait bullying, diikuti dengan presentasi hasil diskusi di depan kelas.
4. Evaluasi dan Feedback: Dilakukan refleksi terhadap hasil diskusi dan aktivitas untuk mengidentifikasi pemahaman peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman siswa, guru, dan orang tua mengenai definisi bullying, dampaknya, serta langkah-langkah pencegahan. Dari 120 siswa yang menjadi peserta, 90% mampu menjelaskan kembali pengertian bullying dan menyebutkan satu tindakan pencegahan. Guru dan orang tua juga menunjukkan komitmen dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman melalui forum diskusi yang produktif.

Diskusi kelompok kecil membantu siswa menganalisis kasus-kasus nyata, sementara simulasi peran memberikan pengalaman praktis dalam menangani situasi bullying. Kegiatan ini

juga mempererat hubungan antara siswa dan guru sebagai upaya menciptakan sistem pendukung yang kuat di sekolah.

Tahapan pelaksanaan kegiatan

Adapun tahapan-tahapan dalam pelaksanaan kegiatan tersebut adalah:

1. Persiapan:
 - Koordinasi dengan mitra sekolah dan Dinas Sosial Kota Madiun.
 - Pengumpulan data awal terkait kasus bullying.
 - Penyusunan modul psikoedukasi.
2. Pelaksanaan Psikoedukasi:
 - Penyampaian materi melalui ceramah dan diskusi interaktif.
 - Latihan role play untuk siswa.
3. Evaluasi dan Dokumentasi:
 - Pengisian kuesioner pra dan pasca kegiatan.
 - Dokumentasi aktivitas untuk laporan akhir.

Berikut beberapa dokumentasi pelaksanaan kegiatan psikoedukasi anti bully yang telah dilaksanakan:



Kendala yang dihadapi

Walaupun secara umum pelaksanaan kegiatan “Psikoedukasi Anti-Bully” berjalan lancar, tetapi tim juga menghadapi beberapa kendala. Diantaranya:

1. Keterbatasan Waktu: Beberapa sekolah mengalami keterbatasan waktu untuk melaksanakan seluruh kegiatan secara optimal.
2. Variasi Pemahaman Peserta: Tidak semua siswa memiliki tingkat pemahaman yang sama, sehingga membutuhkan pendekatan tambahan.
3. Keterbatasan Fasilitas: Tidak semua sekolah memiliki fasilitas lengkap untuk pelaksanaan metode interaktif.

KESIMPULAN

Psikoedukasi anti-bully terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa, guru, dan orang tua dalam mengenali dan mencegah tindakan bullying. Kegiatan ini menciptakan kesadaran akan pentingnya menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan kondusif bagi pembelajaran.

SARAN

1. Peningkatan Intensitas Program: Mengadakan program psikoedukasi secara berkala untuk memperkuat pemahaman dan keterampilan peserta.
2. Kolaborasi Lintas Sektor: Melibatkan lebih banyak pihak seperti psikolog profesional, aparat penegak hukum, dan media dalam program anti-bullying.
3. Penggunaan Teknologi: Mengembangkan materi edukasi berbasis digital untuk menjangkau lebih banyak peserta.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberi dukungan finansial terhadap kegiatan pengabdian masyarakat ini. Terima kasih juga kepada Dinas Sosial Kota

Madiun, pihak sekolah, guru, siswa, dan orang tua yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini. Terima kasih juga kepada tim pelaksana yang telah bekerja keras menyukseskan program psikoedukasi anti-bully ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Klomek, AB, Sourander, A, Gould, M. The Association of Suicide and Bullying in Childhood to Young Adulthood: A Review of Cross Sectional and Longitudinal Research Findings. *Canadian Journal of Psychiatry*; 55, 5; ProQuest
- Mc Guckin, C., Alan, C, 2006, Experiences of School Bullying in Northern Ireland: Data from The Life and Times Survey, *Adolescence*; Summer 41, 162; ProQuest
- Schneider, SK, O'Donnell, L, Stueve, A, and Coulter, RWS. 2012. Cyberbullying, School Bullying, and Psychological Distress: A Regional Census of High School Students. *American Journal of Public Health*, 102;1. Diakses dari: <http://search.proquest.com/docview/1004790733/fulltextPDF/13CE1C43CEA7E55BA0D/37?accountid=32506>.
- Selekman, J., Vessey, JA, 2004, Bullying: It Isn't What It Used To Be, *Pediatric Nursing*; 30, 3; ProQuest
- Vervoort, MHM, Scholte, RHJ, Overbeek, G, 2010, Bullying and Victimization Among Adolescents: The Role of Ethnicity and Ethnic Composition of School Class, *J Youth Adolescence* 39:1-1