



Psikoedukasi Dalam Pencegahan Bullying Pada Siswa dan Siswi Kelas VI.1 Di SDN Kebalen 02

Raihan Saputra¹, Jihan Luthfi Nabillah², M Luthfi Wahyudi³, Yuarini Wahyu Pertiwi⁴

¹Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya,
raihansaputra0502@gmail.com

²Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya,
jihanluthfinabillah@gmail.com

³Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya,
202210515237@mhs.ubharajaya.ac.id

⁴Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya,
yuarini.wp@dsn.ubharajaya.ac.id

korespondensi; raihansaputra0502@gmail.com¹

Abstrak

Bullying merupakan perilaku kekerasan yang terus menerus dilakukan dengan sengaja dengan tujuan mengancam atau melukai orang lain. Kegiatan psikoedukasi ini dilakukan dengan tujuan untuk memberikan pemahaman kepada siswa/i tentang bullying, mengenali bullying, dan cara mencegah supaya tidak menjadi korban bullying. Kegiatan ini dilakukan di SDN Kebalen 02 yang merupakan sekolah dasar negeri yang berada di Jl. Wr. Ayu No.9, Kebalen, Kecamatan Babelan, Kabupaten Bekasi, Provinsi Jawa Barat 17610. Para mahasiswa melakukan psikoedukasi kepada 29 siswa/i kelas 6.1 mengenai pemahaman bullying, baik bullying verbal dan non verbal, dan cara supaya terhindar dari perilaku bullying. Metode dalam psikoedukasi ini berupa sosialisasi yang dilakukan kepada siswa/i kelas 6.1 dan diberikan pre test dan post test untuk mengetahui efektivitas dari psikoedukasi ini. Hasil dari pre test dan post test ini di hitung dan diketahui bahwa adanya peningkatan pemahaman dan pengetahuan tentang bullying, mengenali bullying, dan cara terhindar dari tindakan bullying berdasarkan hasil pre test dan post test. Dengan adanya kegiatan ini, para mahasiswa berharap agar siswa/i dapat menerapkan pengetahuan dan pemahamannya tentang bullying dalam kehidupannya sehari-hari.

Kata kunci: Psikoedukasi, Pencegahan Bullying

Pendahuluan

Bullying didefinisikan sebagai perilaku kekerasan yang terus-menerus, disengaja, dan dilakukan oleh agresor yang menggunakan posisi otoritas atau pengaruhnya untuk mengancam atau melukai orang lain. menyatakan bahwa bullying dapat terjadi dalam berbagai bentuk, seperti verbal, fisik, dan sosial, dan dapat terjadi di berbagai lingkungan, termasuk lingkungan sosial, tempat kerja, dan sekolah (Junindra et al., 2022), Bullying verbal terdiri dari ejekan, godaan, atau ancaman; bullying fisik terdiri dari tindakan seperti memukul, menendang, atau melakukan kekerasan fisik lainnya. Di sisi lain, perilaku yang merusak hubungan sosial, termasuk menyebarkan rumor atau mengeluarkan seseorang dari suatu kelompok, adalah contoh bullying sosial atau relasional (Tobing & Lestari, 2021).

Raihan Saputra, Jihan Luthfi Nabillah, M Luthfi Wahyudi, Yuarini Wahyu Pertiwi
Psikoedukasi Dalam Pencegahan Bullying pada Siswa dan Siswi Kelas 6.1 di SDN
Kebalen 02

Jurnal Psikologi Atribusi, Vol.2 No.1 2024



Berdasarkan data statistik kasus bullying terhadap anak tahun 2019 hingga tahun 2022 dilansir dari (Sitompul, 2023) pada tahun 2019 pelajar Indonesia menjadi korban bullying berjumlah 11.057, kemudian tahun 2020 berjumlah 11.278 korban, dilanjuttahun 2021 berjumlah 14.517 korban dan semakin meningkat di tahun 2022 menjadi 21.241 korban. Kasus perundungan di dunia pendidikan Indonesia paling sering terjadi di jenjang SMP dan pelaku tidak hanya sesama siswa tetapi juga pendidik, dengan presentase 50% kasus bullying terjadi di jenjang SMP, 23% di jenjang SD, 13,5% di jenjang SMA dan 13,5% di jenjang SMK dari 23 kasus bullying sejak Januari hingga September 2023.

Pentingnya melakukan intervensi terhadap dan mencegah perundungan. Menurut Azzahra dan Haq (2019) bahwa sekolah harus menetapkan kebijakan yang jelas dan memfasilitasi inisiatif yang ditujukan untuk mencegah perundungan melalui pengajaran dan keterlibatan masyarakat. Mengajarkan anak-anak keterampilan sosial, empati, dan toleransi dapat membantu mengurangi perilaku perundungan di kelas. Lebih jauh, diyakini bahwa melibatkan masyarakat dan orang tua dalam inisiatif pencegahan sangat penting untuk membangun suasana yang aman bagi anak-anak (Asqia & Musakkir, 2024).

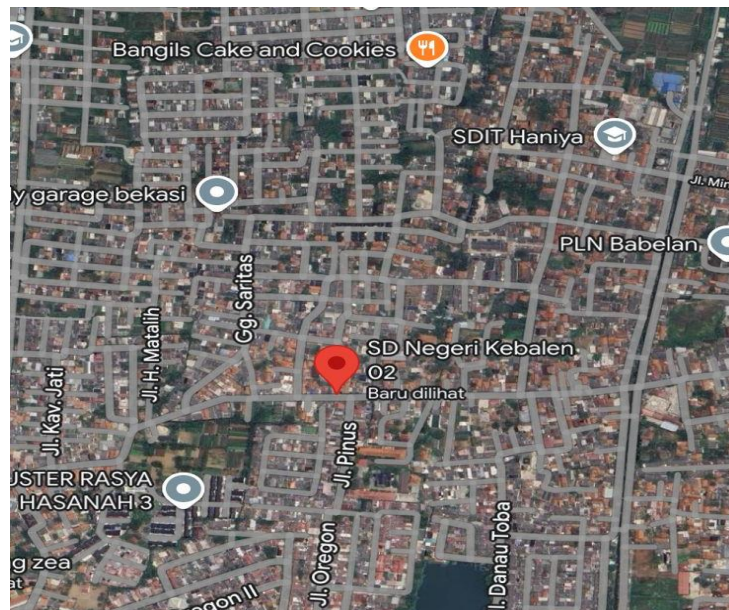
Dalam konteks ini, program psikoedukasi memiliki peranan yang sangat signifikan. Program ini bertujuan untuk mendidik individu, baik korban, pelaku, maupun saksi bullying, mengenai dampak dan konsekuensi dari tindakan bullying, serta memberikan alat dan strategi yang dapat digunakan untuk mencegah situasi bullying. Di samping itu, penting untuk mengedukasi orang tua dan guru tentang peran mereka dalam pencegahan bullying. Dengan memberikan informasi dan sumber daya kepada guru yang dapat disampaikan kembali kepada orang tua siswa, mereka dapat memberikan dukungan yang lebih baik kepada anak-anak mereka dan menjadi contoh yang baik dalam interaksi sosial.

Program ini bertujuan untuk membekali remaja awal dengan keterampilan sosial yang diperlukan dalam menghadapi bullying, seperti komunikasi efektif, empati, dan respons positif terhadap situasi perundungan. Melalui pengembangan keterampilan ini, remaja diharapkan mampu mengatasi bullying dengan lebih baik, berkontribusi menciptakan lingkungan belajar yang aman, serta mencegah perilaku bullying. Psikoedukasi ini menjadi langkah proaktif untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran, sehingga remaja dapat berperan sebagai agen perubahan positif dalam komunitas. Implementasi program ini juga diharapkan dapat mengurangi insiden bullying dan mendukung perkembangan emosi yang sehat pada remaja.

Gambaran Lokasi Pelaksanaan

Kegiatan psikoedukasi ini berlokasi di SDN Kebalen 02. Sekolah ini berada di Jl. Wr. Ayu No.9, Kebalen, Kecamatan. Babelan, Kabupaten Bekasi, Provinsi Jawa Barat 17610. Sekolah ini didirikan pada tanggal 1 Oktober 1976 berdasarkan surat keputusan nomor 450/PRB/1976 dan telah terakreditasi A dengan nomor SK 02.00/310/BAP-SM/SK/X/2014 yang diterbitkan pada tanggal 15 oktober 2014. SDN Kebalen 02 memiliki luas tanah seluas 2.500 persegi dan dilengkapi dengan akses internet dan sumber listrik yang cukup baik untuk menunjang pembelajaran di sekolah.

Gambar 1. Peta Lokasi SDN Kebalen 02



Sumber: Google Maps

Metode Pelaksanaan

Psikoedukasi ini menggunakan metode yang melibatkan pendekatan preventif, di mana pendekatan ini berfokus pada pencegahan bullying sebelum terjadi dengan memberikan informasi dan pengetahuan yang diperlukan siswa. Melalui pendidikan tentang empati, komunikasi yang baik, dan nilai-nilai saling menghormati, anak-anak diajarkan untuk memahami pentingnya perilaku positif dalam interaksi sosial. Psikoedukasi dimulai dengan memberikan pre test dan setelah itu, diberikan informasi dasar mengenai apa itu bullying, bagaimana mengenali tanda-tanda bullying, dan dampaknya jika melakukan bullying. Informasi ini disampaikan melalui presentasi visual, diskusi, dan studi kasus.

Metode psikoedukasi ini juga memanfaatkan media digital, seperti modul daring yang akan diberikan kepada guru yang hadir secara langsung, guna memperluas akses informasi kepada orang tua dan guru yang tidak dapat hadir secara langsung. Dengan penggunaan teknologi ini, diharapkan penyebaran informasi tentang pencegahan bullying dapat dilakukan secara lebih efektif dan luas.

Tabel 1. Kegiatan Psikoedukasi

| Tahap | Kegiatan |
|---------|--|
| Tahap 1 | Memberikan surat izin dari univeritas kepada pihak sekolah, dalam hal ini kepala SDN Kebalen 02 |
| Tahap 2 | Melakukan persiapan dan perkenalan dengan siswa khususnya kelas yang menjadi subjek dalam psikoedukasi ini, yaitu kelas 6.1. Agar mendapatkan trust dan siswa merasa nyaman saat psikoedukasi berlangsung. |
| Tahap 3 | Memberikan Pre-Test tentang bullying sebelum psikoedukasi dipaparkan |
| Tahap 4 | Setelah Pre-Test selesai di isi, psikoedukasi dimulai dengan memberikan materi dalam bentuk visual melalui proyektor, diskusi interaktif dan study kasus yang melibatkan siswa/i |

Raihan Saputra, Jihan Luthfi Nabillah, M Luthfi Wahyudi, Yuarini Wahyu Pertiwi
 Psikoedukasi Dalam Pencegahan Bullying pada Siswa dan Siswi Kelas 6.1 di SDN
 Kebalen 02



| | |
|---------|---|
| Tahap 5 | Setelah pemaparan dan sesi diskusi interaktif yang melibatkan siswa/i selesai. Pemberian Post-Test Kepada siswa/i |
|---------|---|

Hasil Kegiatan

Tabel 2. Hasil Pre Test dan Post Test siswa

| Nomor Absen | Hasil Pre Test | Hasil Post Test |
|-------------|----------------|-----------------|
| 29 | 50 | 90 |
| 11 | 60 | 70 |
| 10 | 80 | 90 |
| 13 | 90 | 100 |
| 6 | 80 | 90 |
| 5 | 80 | 90 |
| 27 | 70 | 90 |
| 25 | 60 | 80 |
| 23 | 70 | 80 |
| 2 | 80 | 100 |
| 8 | 80 | 100 |
| 17 | 80 | 100 |
| 24 | 90 | 100 |
| 20 | 70 | 80 |
| 3 | 80 | 100 |
| 4 | 80 | 100 |
| 12 | 80 | 90 |
| 9 | 70 | 80 |
| 18 | 80 | 100 |
| 21 | 50 | 80 |
| 22 | 50 | 80 |
| 30 | 70 | 80 |
| 7 | 80 | 90 |
| 14 | 70 | 80 |
| 24 | 80 | 100 |
| 26 | 40 | 70 |
| 28 | 70 | 80 |
| 16 | 90 | 100 |
| 19 | 90 | 100 |

Berdasarkan tabel nilai pre test dan post test siswa, menunjukkan bahwa nilai pre test merupakan tes yang diberikan kepada siswa sebelum dilakukan pemaparan materi dan diskusi interaktif tentang bullying dalam program psikoedukasi ini. Dapat dilihat bahwa hasil nilai pre test dan post test siswa memiliki perbedaan atau peningkatan setelah dilakukan pemaparan materi dan diskusi interaktif. Hal ini menunjukkan bahwa siswa memperoleh peningkatan pemahaman yang lebih baik terkait materi yang disampaikan dalam program psikoedukasi ini. Peningkatan pengetahuan ini mencakup pemahaman tentang definisi bullying, mengenali

Raihan Saputra, Jihan Luthfi Nabillah, M Luthfi Wahyudi, Yuarini Wahyu Pertiwi
Psikoedukasi Dalam Pencegahan Bullying pada Siswa dan Siswi Kelas 6.1 di SDN
Kebalen 02

Jurnal Psikologi Atribusi, Vol.2 No.1 2024

perilaku bullying dan cara mencegah bullying.

Tabel 3. Hasil Uji Paired Sample T Test Pre Test dan Post Test

| | | Paired Samples Test | | | | | | | |
|--------|----------------------|---------------------|----------------|-----------------|---|-----------|--------|-----------------|-------|
| | | Paired Differences | | | | t | df | Sig. (2-tailed) | |
| | | Mean | Std. Deviation | Std. Error Mean | 95% Confidence Interval of the Difference | | | | |
| | | | | | Lower | Upper | | | |
| Pair 1 | Pre Test - Post Test | -15,86207 | 8,66736 | 1,60949 | -19,15896 | -12,56518 | -9,855 | 28 | <,001 |

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara nilai pretest dan nilai posttest siswa. Berdasarkan hasil dari *Paired Sample T Test*, nilai signifikansi sebesar 0,001 ($< 0,05$) yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara hasil pretest dan posttest. Hal ini mengidentifikasi bahwa pemberian psikoedukasi tentang bullying memberikan pengaruh yang baik terhadap peningkatan pemahaman siswa mengenai bullying. Setelah mengikuti kegiatan psikoedukasi, siswa secara langsung menunjukkan peningkatan pengetahuan dan pemahaman mengenai bullying dan cara mencegah agar tidak menjadi korban bullying.

Kegiatan psikoedukasi kepada siswa di SDN Kebalen 02 ini berjalan dengan baik dan lancar. Mulai dari persiapan modul untuk program ini, materi yang akan diberikan, soal pre test dan post test yang valid dan reliabel serta mudah dimengerti oleh siswa sekolah dasar. Hambatan dalam suatu perencanaan pasti selalu ada dan itu pasti, namun dalam perencanaan dan pelaksanaannya dilakukan semaksimal mungkin supaya hambatan tersebut dapat teratasi dengan baik. Hambatan yang ditemui selama psikoedukasi berlangsung adalah hambatan waktu yang terbatas membuat penyampaian materi harus dilakukan secepat mungkin tanpa harus mengurangi makna dan poin penting dalam materi tersebut. Namun dalam psikoedukasi ini kita sudah menyiapkan beberapa stimulus berupa hadiah snack yang ditunjukkan kepada siswa/i kelas 6.1 dengan tujuan menambah semangat dan antusiasme mereka dalam mengikuti kegiatan ini dan terbukti mereka sangat bersemangat dalam mengikuti psikoedukasi ini.

Berikut ini ada beberapa foto kegiatan dalam program psikoedukasi pencegahan bullying kepada siswa/i kelas 6.1 SDN Kebalen 02 ini:





Gambar 2. Foto Kegiatan Psikoedukasi di SDN Kebalen 02

Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

Program psikoedukasi pencegahan bullying telah berhasil meningkatkan pemahaman dan pengetahuan siswa siswi, khususnya siswa dan siswi kelas 6.1 Sdn Kebalen 02. Evaluasi menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan berdasarkan hasil pretest dan post test, meskipun terdapat hambatan dalam melaksanakan psikoedukasi ini. Dengan metode yang interaktif kepada siswadan siswi dalam menciptakan suasana psikoedukasi yang nyaman, kami melibatkan siswa dan siswi untuk turut aktif dalam memberikan pendapatnya. Keberhasilan psikoedukasi ini menjadi landasan dan acuan dimasa selanjutnya, sehingga dapat memberikan manfaat yang lebih luas dan komprehensif bagi program-program psikoedukasi serupa dimasa yang akan datang.

Saran

*Raihan Saputra, Jihan Luthfi Nabillah, M Luthfi Wahyudi, Yuarini Wahyu Pertiwi
Psikoedukasi Dalam Pencegahan Bullying pada Siswa dan Siswi Kelas 6.1 di SDN
Kebalen 02*

Jurnal Psikologi Atribusi, Vol.2 No.1 2024



Ada beberapa saran untuk program serupa selanjutnya guna memberikan kegiatan yang lebih komprehensif bagi semua elemen dan dapat memberikan dampak lebih baik.

Adapun saran tersebut adalah:

1. Mengalokasikan waktu yang lebih panjang untuk psikoedukasi serupa, agar penyampaian materi dapat lebih mendalam dan terstruktur.
2. Gunakan pendekatan yang lebih menarik untuk meningkatkan perhatian dan partisipasi siswa
3. Berikan materi tambahan kepada siswa, guru ataupun orang tua secara langsung guna dapat mendukung implementasi nilai-nilai yang disampaikan dalam program psikoedukasi ini baik dilingkungan rumah atau lingkungan sekolah.
4. Melakukan evaluasi secara berkala untuk memantau keberhasilan program dan menyelenggarakan kegiatan tindak lanjut untuk memperkuat pemahaman siswa terhadap materi yang diberikan.
5. Siswa/i membentuk kelompok kecil untuk berdiskusi dan berbagi pengalaman terkait topik yang dibahas dalam psikoedukasi tersebut, sehingga mereka lebih terlibat secara emosional dan intelektual.

Referensi

- Asqia, N., & Musakkir, H. (2024). Dampak Pengasuhan Orang Tua terhadap Self Esteem Anak Remaja. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 6(3), 2804–2814. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i3.6974>
- Azzahra, A., & Haq, A. L. A. (2019). Intensi Pelaku Perundungan (Bullying) : Studi Fenomenologi Pada Pelaku Perundungan di Sekolah. *Psycho Idea*, 17(1), 67. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v17i1.3849>
- Junindra, A., Fitri, H., Murni, I., Ilmu Pendidikan, F., & Negeri Padang, U. (2022). Peran Guru terhadap Perilaku Bullying di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 1113-4. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/4204>
- Sitompul, A. (2023). Data Statistik Kasus Perundungan di Sekolah dari 2019-2023. In <https://www.inilah.com/Data-Statistik-Kekerasan-Pada-Anak-Di-Indonesia>.
- Tobing, J. A. D. E., & Lestari, T. (2021). Pengaruh Mental Anak Terhadap Terjadinya Peristiwa Bullying. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 1882–1889.