

# PSIKOEDUKASI ANTI BULLYING SEJAK DINI

## DI SDN PASIRAWI 1

Anisya Putri Sridewi Neni Sumarni

Psikologi, Fakultas Psikologi<sup>1</sup>

Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis<sup>2</sup>

E-mail : [ps19.anisyasridewi@mhs.ubpkarawang.ac.id](mailto:ps19.anisyasridewi@mhs.ubpkarawang.ac.id)<sup>1</sup>

E-mail : [neni.sumarni@ubpkarawang.ac.id](mailto:neni.sumarni@ubpkarawang.ac.id)<sup>2</sup>

### Abstrak

*Bullying* adalah tindakan agresif yang disengaja, menggunakan ketidak seimbangan kekuatan secara fisik atau mental dengan cara menyakiti bentuk fisik, verbal, atau emosional/psikologis secara berulang – ulang. Tindakan bullying tidak hanya berdampak pada anak yang di-bully tetapi juga dapat berdampak pada anak yang membully, anak yang menyaksikan bullying. Beberapa dampak bullying diantaranya kecemasan, depresi, serta rendahnya harga diri. Tujuan dari Kuliah Kerja Nyata, ini adalah untuk memberi psikoedukasi mengenai dampak bullying kepada para Siswa/Siswi, melalui program Psikoedukasi di lingkungan sekolah dasar yang terletak di Rawamerta-Karawang, para siswa/i kelas 4, 5, dan 6 SDN Pasirawi 1 mendapatkan pemahaman mendalam mengenai bullying, dampaknya serta bagaimana cara meningkatkan kepercayaan diri mereka. Melalui psikoedukasi ini, siswa memahami pengertian, jenis serta dampak bullying baik jangka pendek maupun jangka Panjang. Berdasarkan hasil yang didapat bahwa kasus bullying pertama sekali didapat dari lingkungan keluarga baik dilakukan oleh orangtua, kakak, adik ataupun keluarga yang tinggal satu rumah, kemudian dibawa dan dilakukan atau diterapkan di sekolah.

Kata Kunci : *bullying*, dampak sosial, dampak psikologi, sekolah

## PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan salah satu kegiatan yang harus dilaksanakan oleh semua mahasiswa Universitas Buana Perjuangan untuk menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh selama duduk di bangku perkuliahan serta sebagai wujud nyata pengabdian kepada masyarakat. KKN juga merupakan bentuk konkrit dari pengalaman yang mencakup pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat. Dengan adanya KKN ini, mahasiswa diharapkan dapat mengaktualisasikan disiplin ilmu yang masih dalam tataran teoritis dengan bentuk pengabdian dan pendampingan langsung kepada masyarakat, disamping penelitian yang dilakukan sebagai usaha pengembangan ilmu yang didapat sebelumnya.

Sekolah Dasar (SD) merupakan jenjang pendidikan paling dasar pada pendidikan formal di Indonesia yang memiliki peranan dalam keberlangsungan proses pendidikan selanjutnya. Hal ini sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Nomor 23 Tahun 2006 yang menyatakan bahwa pendidikan dasar memiliki tujuan untuk meletakkan dasar kecerdasan, pengetahuan, kepribadian, akhlak mulia serta keterampilan untuk hidup mandiri, dan mengikuti pendidikan lebih lanjut. Pendidikan yang pertama didapatkan dari lingkungan keluarga. Pembentukan perilaku, watak serta kepribadian anak berawal dari lingkungan keluarga. Masing-masing keluarga menerapkan pola asuh yang berbeda-beda di dalam mendidik anaknya. Perbedaan pola asuh yang diterapkan pada setiap keluarga tentu membentuk perilaku anak yang berbeda-beda pula. Peran sekolah menjadi jauh lebih berat apabila tugas pendidikan sepenuhnya diserahkan kepada sekolah.

Bentuk penyimpangan perilaku yang terjadi pada siswa SD tidak hanya berupa kekerasan yang merupakan salah satu bentuk dari perilaku agresif. Pada kenyataannya, hal-hal yang kita pandang sebagai perilaku yang wajar dilakukan anak usia SD terkadang tergolong dalam penyimpangan perilaku. Mulai dari sekedar mengejek temannya, memukul, mencubit, menjambak dan menjegal temannya saat sedang berjalan

Istilah bullying dalam bahasa Indonesia bisa menggunakan menyakat (berasal dari kata sakat) dan pelakunya (bully) disebut penyakat. Menyakat berarti mengganggu, mengusik, dan merintangi orang lain (Wiyani, 2012: 11-12).

Alexander (dikutip SEJIWA, 2008) menjelaskan bahwa bullying adalah masalah kesehatan publik yang perlu mendapatkan perhatian karena orang-orang yang menjadi korban bullying kemungkinan akan menderita depresi dan kurang percaya diri. Penelitian-penelitian juga

menunjukkan bahwa siswa yang menjadi korban bullying akan mengalami kesulitan dalam bergaul.

Peserta didik dalam jenjang pendidikan sekolah dasar sangat rentan akan perilaku bullying, seperti keadaan yang terjadi di SDN Pasirawi 1 Kecamatan Rawamerta Kabupaten Karawang. kasus bullying tengah terjadi di SDN Pasirawi 1. Ketika jam istirahat, peneliti sedang berjalan melewati kelas dan terdengar anak yang mengolok-olok temannya hingga menangis, menggertak, mengucilkan, bahkan hingga berkelahi dan dapat dipastikan anak yang mendapat perilaku seperti itu adalah anak yang sama. Kejadian seperti diatas dapat dikategorikan sebagai perbuatan bullying.

Melihat luasnya permasalahan mengenai penyimpangan perilaku seperti yang diuraikan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan Psikoedukasi Anti Bullying kepada siswa kelas 4A, 4B, 5A, 5B, 6A dan 6B di SDN Pasirawi 1, yang terletak pada Desa Pasirawi, Kecamatan Rawamerta, Kabupaten Karawang.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode intervensi (Psikoedukasi). Metode yang dilakukan ini memberikan pemahaman kepada siswa/siswi mengenai, apa itu bullying, bentuk dan jenis bullying, serta dampak dari bullying dan memberikan arahan atau cara menghentikan bullying. Psikoedukasi ini dilaksanakan pada tanggal 23 juli 2022, bertempat di SDN Pasirawi 1, berlokasi di Desa Pasirawi, Kecamatan Rawamerta, Kabupaten Karawang.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil temuan tersebut, Psikoedukasi ini memiliki implikasi sebagai, perlunya perhatian dari sekolah dan orang tua untuk memperhatikan perilaku anak dan memberikan pengawasan pada anak agar terhindar dari perilaku bullying, Diharapkan orang tua dan pihak sekolah dalam hal ini guru dan kepala sekolah, memberikan perhatian khusus pada seluruh siswa. Terhadap siswa yang bermasalah dan melakukan bullying dilakukan pembinaan. Terjadinya bullying, pertama siswa yang melakukan bullying disebabkan sebelumnya dia mengalami bullying di rumah yang dilakukan oleh anggota keluarga, Seperti orang tua, kakak, adik dan anggota keluarga lainnya yang tinggal satu rumah dengan informan. Model kedua siswa yang melakukan bullying disebabkan sebelumnya dia menyaksikan tayangan bullying di rumah ,

namun karena timbul niatan untuk melakukan Tindakan bullying dan melihat orang lain melakukan bullying, maka siswa tersebut melakukan bullying kepada teman-temannya. Model ketiga siswa yang mengalami bullying di rumah juga mengalami bullying di sekolah dan tidak melakukan kembali Tindakan bullying tersebut kepada orang lain karena tidak mau menyakiti orang lain.

Berdasarkan dari hasil Penelitian yang telah dijabarkan di atas, tindakan bullying dan juga tindakan kekerasan yang dialami oleh siswa/i SDN Pasirawi 1 Mayoritas mereka dapat dari lingkungan rumah mereka dan mereka tularkan apa yang mereka rasakan di lingkungan sekolah. Selain itu didapat juga suatu pemahaman baru bahwa bullying yang dialami mereka mengakibatkan mereka bukan saja mengalami trauma secara psikis dan fisik tapi juga mengalami ketidakpercayaan kepada orang lain dan selalu mencurigai orang lain yang pernah mereka lihat atau kepada setiap orang yang pernah melakukan bullying dan kekerasan pada mereka. Gejala yang paling terlihat adalah sikap minder korban dan juga ketidakpercayaan melakukan segala sesuatu. Hal ini disebabkan oleh ketakutan korban atau pun orang yang menyaksikan pernah di intimidasi jika melakukan kesalahan.

Dampak yang ditimbulkan dari bullying dan juga kekerasan akan tersimpan dalam memori bawah sadar mereka. Dampak yang mereka terima bisa direkam dalam short term memory dan juga long term memory. Pada saat apa yang mereka alami terekam pada short term memory, maka mereka hanya akan mengingatnya dalam jangka waktu pendek. Namun, pada saat apa yang mereka alami disimpan pada long term memory, maka kemungkinan terbesar adalah mereka akan mengingat dalam jangka waktu yang lama apa yang mereka rasakan, lihat dan alami. Serta tidak menutup kemungkinan mereka juga akan melakukan kembali apa yang mereka alami kepada orang lain tanpa memikirkan resiko dan perasaan orang lain.

Subjek dalam Psikoedukasi ini berjumlah 200 Siswa/siswi dari 6 kelas yaitu 4A, 4B, 5A, 5B, 6A dan 6B, dilaksanakan 1 hari pada 23 Juli 2022. Siswa/Siswi di SDN Pasirawi 1 memang belum terlalu mengenal istilah dari *bullying* ini yang mereka paham itu mengejek karena bahasanya pun lebih sering didengar. Dengan adanya Psikoedukasi ini Siswa/Siswa memperhatikan dengan baik, dan memahami mengenai *bullying*, dampaknya, dan cara menghindari *bullying*. Karena di antara mereka ada yang menjadi pelaku atau sebaliknya yaitu menjadi korban *bullying*. Perilaku *bullying* menimbulkan dampak bagi pelaku dan korban. Dampak *bullying* terhadap kesehatan mental korban meliputi rasa marah yang meluap-luap,

depresi, rendah diri, cemas, kualitas tidur menurun, nafsu makan menurun, keinginan menyakiti diri sendiri, hingga bunuh diri. *Bullying* bagian dari perilaku agresi dimana terjadi ketidakseimbangan kekuatan dan kekuasaan antara pelaku.



Gambar 1. Pemaparan Psikoedukasi  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 2. Sesi Tanya jawab  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 3. Hadiah untuk penanya terbaik  
Sumber : Dokumentasi Pribadi



Gambar 4. Pemaparan Psikoedukasi  
Sumber : Dokumentasi Pribadi

## KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

### Kesimpulan

Psikoedukasi ini memberikan suatu kesimpulan bahwa *bullying* cenderung ditularkan dari orang lain, baik dari lingkungan keluarga dan sekolah. Hal yang paling sering terjadi setelah mereka melihat atau mengalami *bullying* adalah rasa trauma, minder, takut, prestasi belajar menurun, dan juga menutup diri terhadap orang yang mereka anggap sebagai suatu ancaman bagi mereka. Orangtua juga dan sekolah memiliki peran yang cukup besar untuk memberikan pencegahan *bullying* kepada para korban yang mengalami *bullying*. Siswa melakukan suatu tindakan *bullying* berdasarkan apa yang mereka alami, rasakan dan lakukan, siswa juga melakukan *bullying* karena melihat tayangan dari televisi dan timbul dorongan untuk melakukan karena melihat temannya melakukan tindakan *bullying*. Dan siswa mengalami *bullying* di rumah dan di sekolah tetapi tidak akan mengulangi karena tidak mau menyakiti orang lain

Secara keseluruhan kegiatan KKN yang telah dilakukan dapat disimpulkan berjalan lancar. Hal ini terlihat kegiatan KKN yang telah dilakukan terlihat bahwa tingkat pemahaman siswa/siswi terhadap pencegahan *bullying* tinggi. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kegiatan psikoedukasi pencegahan *bullying* dapat memberikan pemahaman di kalangan siswa/siswi SDN Pasirawi 1.

### Rekomendasi

1. perlu adanya membangun jejaring komunikasi yang lebih aktif dengan para orangtua peserta didik. Jika komunikasi aktif semacam ini terbangun maka akan mengurangi tindakan atau dampak perilaku *bullying*.
2. perlu adanya pemahaman yang tepat mengenai *bullying* terhadap para guru, peserta didik dan orangtua siswa melalui workshop atau seminar-seminar tentang bahaya atau dampak dari perilaku *bullying*

Maka dari itu, perlunya perhatian dari sekolah dan orang tua untuk memperhatikan perilaku anak dan memberikan pengawasan pada anak agar terhindar dari perilaku *bullying*. Diharapkan juga orang pihak sekolah dalam hal ini guru dan kepala sekolah, memberikan perhatian khusus Terhadap siswa yang bermasalah dan melakukan *bullying* dilakukan agar mendapat pembinaan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Putu Yulia. 2020. *Perilaku School Bullying Sekolah Dasar*. Journal Pendidikan Dasar. No.1, Vol. 1, Maret 2020 hal 39-48
- Argo Widiharto, 2016. Mengatasi Perilaku Bullying Pada Siswa Jawa dengan Penerapan Norma-norma Jawa. *Empowering Self*. 2016
- Silvia, Efri W, Sheizi P. 2018. Resiliensi Remaja Dalam Menghadapi Perilaku Bullying. *Jurnal Keperawatan BSI*. Vol.VI hal 78-79
- Budiman, N. 2006. *Memahami Perkembangan Anak Usia Sekolah Dasar*. Jakarta: Depdiknas.
- Bingöl, T. Y. 2018. *The predictive role of self efficacy, gender, and cyber victimization on cyber bullying in adolescents*. Universal Journal of Educational Research. Vol 6(11). Hal 2478–2483.