



## PSIKOEDUKASI SEBAGAI PENDIDIKAN KARAKTER SOSIAL BEBAS BULLYING

**Sofa Parihah Nurasih<sup>1\*</sup>, Denisa Sapitri<sup>2</sup>, Lu'luatul Kamalah<sup>3</sup>, Aliffaldi Fadillah Bahri<sup>4</sup>, Fahreza Zikri<sup>5</sup>, Muhammad Fahmi Median<sup>6</sup>, Muhammad Nauval Mubaarok<sup>7</sup>, Yasmin Anbar Jannah Wahiddin<sup>8</sup>, Rasa Abdillah<sup>9</sup>, Muhammad Ilyasa Amrullah<sup>10</sup>, Siti Khoirun Nisa<sup>11</sup>.**

<sup>1</sup>Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Muhammadiyah Bandung, Bandung, Indonesia

<sup>2</sup>Akutansi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Muhammadiyah Bandung, Bandung, Indonesia

<sup>3</sup>Administrasi Publik, Fakultas Sosial dan Humaniora, Universitas Muhammadiyah Bandung, Bandung, Indonesia

<sup>4</sup>Ilmu Komunikasi, Fakultas Sosial dan Humaniora, Universitas Muhammadiyah Bandung, Bandung, Indonesia

<sup>5</sup>Teknik Informatika, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Bandung, Bandung, Indonesia

<sup>6</sup>Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Muhammadiyah Bandung, Bandung, Indonesia

<sup>7</sup>Ilmu Komunikasi, Fakultas Sosial dan Humaniora, Universitas Muhammadiyah Bandung, Bandung, Indonesia

<sup>8</sup>Psikologi, Fakultas Sosial dan Humaniora, Universitas Muhammadiyah Bandung, Bandung, Indonesia

<sup>9</sup>Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Muhammadiyah Bandung, Bandung, Indonesia

<sup>10</sup>Pendidikan Agama Islam, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Bandung, Bandung, Indonesia

<sup>11</sup>Psikologi, Fakultas Sosial dan Humaniora, Universitas Muhammadiyah Bandung, Bandung, Indonesia

sofa.parihah.n@umbandung.ac.id<sup>1</sup>, denisasapitri12@gmail.com<sup>2</sup>, lulukmlahhh47@gmail.com<sup>3</sup>, aliffaldif@gmail.com<sup>4</sup>, fahrezazikri8@gmail.com<sup>5</sup>, fahmimedial@gmail.com<sup>6</sup>, nauvalmubaarok@gmail.com<sup>7</sup>, yasminanbar14@gmail.com<sup>8</sup>, rasaabdillah007@gmail.com<sup>9</sup>, muhamadilyas1835@gmail.com<sup>10</sup>, skhoirunnisaica@gmail.com<sup>11</sup>

### **Abstract**

*Bullying has become a prominent societal issue in educational institutions causes severe psychological consequences for its victims, including depression and anxiety. This essay seeks to clarify the function of psychoeducation as a comprehensive approach combat bullying among students. By integrating elements of education with psychological intervention, psychoeducation aims to increase self-awareness, personal growth, and the problem solving skills among students. This activity was carried out by students of Muhammadiyah University Bandung to SDN 2 Jati Garut Regency which focuses on providing education about the types of bullying and its impacts towards victims and perpetrators, as well as prevention strategies that must be implemented. To raise awareness and encourage proactive behavior against bullying, the program includes multimedia resources, interactive exercises, and audience conversations. The findings show that initiatives like this are vital in creating a healthy social environment and intimidation free in school.*



**Keywords:** *Bullying; Psychoeducation; Educational Institutions; Psychological Impact; Preventive Strategies; Student Awareness.*

### Abstrak

Perundungan telah menjadi masalah sosial yang menonjol di institusi pendidikan dan menyebabkan konsekuensi psikologis yang parah bagi korbannya, termasuk depresi dan kecemasan. Esai ini bertujuan untuk menjelaskan fungsi psikoedukasi sebagai pendekatan komprehensif dalam pertarungan perundungan di kalangan siswa. Dengan mengintegrasikan unsur pendidikan dengan intervensi psikologis, psikoedukasi bertujuan untuk meningkatkan kesadaran diri, pertumbuhan pribadi, dan keterampilan pemecahan masalah di kalangan siswa. Kegiatan ini dilakukan oleh mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bandung di SDN 2 Jati Kabupaten Garut yang fokus memberikan edukasi tentang jenis-jenis bullying dan dampaknya terhadap korban serta pelaku, serta strategi pencegahan yang harus diterapkan. Untuk meningkatkan kesadaran dan mendorong perilaku proaktif terhadap penindasan, program ini mencakup sumber daya multimedia, latihan interaktif, dan percakapan audiens. Temuan menunjukkan bahwa inisiatif seperti ini sangat penting dalam menciptakan lingkungan sosial yang sehat dan bebas dari intimidasi di sekolah.

**Kata kunci :** Perundungan; Psikoedukasi; Lembaga Pendidikan; Dampak Psikologis; Strategi Pencegahan; Kesadaran Siswa.

**Corresponding author :** sofa.parihah.n@umbandung.ac.id.

### PENDAHULUAN

Perundungan, juga dikenal sebagai *bullying*, adalah sebuah fenomena sosial yang semakin meresahkan dan telah menjadi masalah besar di institusi pendidikan. Korban dapat mengalami gangguan psikologis yang parah, seperti depresi, kecemasan, dan bahkan pikiran untuk bunuh diri, sebagai akibat dari perilaku agresif, intimidasi, dan pengucilan yang berulang-ulang. Perilaku perundungan membahayakan pelaku dan orang lain yang melihatnya. Oleh karena itu, penting untuk membuat rencana pencegahan yang bermanfaat bagi kehidupan sosial siswa untuk menghindari dan mengatasi masalah ini.

Psikoedukasi adalah salah satu metode yang komprehensif yang diperlukan untuk

mengatasi masalah ini. Psikoedukasi adalah pendekatan integratif ke pendidikan psikologis yang menggabungkan unsur pendidikan dan intervensi psikologis untuk meningkatkan kualitas hidup seseorang. Tujuannya adalah untuk meningkatkan pemahaman seseorang tentang diri mereka sendiri, kemajuan pribadi, dan pengembangan keterampilan dan kemampuan mereka sendiri. (Irdianti *et al.*, 2023). Dalam pendidikan, psikoedukasi sangat penting untuk membantu siswa menghadapi tantangan penting dalam kehidupan, seperti membangun sumber dukungan sosial dan keterampilan *coping* (Hastuti *et al.*, 2022).

Dengan pendidikan psikoedukasi, pelajar dapat memahami dampak buruk perundungan, mengidentifikasi tanda-tanda

perundungan, dan mengembangkan keterampilan untuk melawan tindakan perundungan. Pendidikan karakter sosial yang sehat juga sangat penting dalam membantu mengembangkan rasa percaya diri, empati dan kemampuan sosial yang baik. Tujuan utama dari psikoedukasi ini adalah untuk membangun karakter sosial yang sehat dan bebas dari perundungan.

Dalam jurnal ini, kami memberikan pembahasan mengenai dampak *bullying* dan cara menanggulangnya melalui pendekatan psikoedukasi. Kami mengulas jenis-jenis *bullying*, dampaknya pada korban, pelaku, dan orang yang menyaksikannya, serta strategi *preventif* yang dapat dilakukan untuk mencegah perilaku menyimpang tersebut. Oleh karena itu, jurnal ini bertujuan untuk membantu dalam pencegahan dan pengatapan perundungan pelajar serta membangun lingkungan sekolah yang aman dan mendukung.

## KAJIAN PUSTAKA

Dalam pendidikan, perundungan erat kaitannya dengan jenis agresi yang hanya ditunjukkan dan dilancarkan pada siswa yang tidak dapat mempertahankan dirinya sendiri, yang dianggap lemah dan tidak berpotensi mengancam oleh sebagian besar orang lain. Perundungan biasanya dilakukan untuk menunjukkan bahwa pelaku perundungan menguasai orang lain. Akibat agresi perundungan, mental seseorang, khususnya seorang anak, dapat hancur atau terganggu. (Fatkhianti *et al.*, 2023).

Pada awal tahun 2024, 141 kasus pengaduan kekerasan anak dilaporkan, menurut Aris Adi Leksono, Komisioner Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI). 35% terjadi di sekolah. Temuan juga menunjukkan bahwa perundungan di sekolah biasanya

dilakukan secara berkelompok. Ketidakmampuan untuk mengidentifikasi perkembangan pergaulan yang negatif sejak dini menyebabkan kecenderungan ini. Anak-anak mengalami kesakitan fisik atau mental dan rasa sakit yang berkepanjangan sebagai akibat dari tindakan yang menimpunya, hingga data KPAI menunjukkan bahwa 46 kasus anak yang menjadi korban ingin mengakhiri hidupnya. (KPAI, 2024).

Kami menemukan beberapa referensi penelitian sebelumnya tentang "*Stop Bullying*".

Referensinya yaitu : "Penyuluhan *Stop Bullying* Di SD Negeri 56 Lubuklinggau". Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membuat lingkungan sekolah yang aman, nyaman, dan mendukung pembelajaran, serta mencegah terjadinya *bullying* yang dapat berdampak pada psikologi dan fisik siswa (Febrianti *et al.*, 2024).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyuluhan ini untuk mencegah terjadinya perilaku menyimpang di sekolah. Dengan memberikan informasi dan pengetahuan, siswa dapat mengidentifikasi perilaku perundungan dan bersikap proaktif dalam mencegahnya. Perundungan tidak hanya mengakibatkan kerugian fisik, tetapi juga implikasi psikologis yang dapat berlangsung dalam jangka panjang. Penderitaan fisik dan psikologis, hilangnya kepercayaan diri, terasingan dari sekolah, ketakutan sosial pada korban, dan hukuman bagi pelaku adalah beberapa efek perundungan. (Febrianti *et al.*, 2024).

Penelitian ini telah memberikan kontribusi yang signifikan dalam upaya pencegahan perilaku menyimpang di sekolah. Namun, masih banyak hal yang harus dilakukan untuk membuat lingkungan sekolah benar-benar aman dan bebas dari

tindakan menyimpang. Dengan terus melakukan penelitian dan pengembangan, kita dapat menciptakan generasi muda yang lebih baik dan lebih berempati.

“Penyuluhan Bertema “*Stop Bullying!* Jadilah Teman, Bukan Lawan” Di SMP Negeri 2 Kapanjen”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan pemahaman siswa tentang jenis, faktor penyebab, efek, dan upaya untuk meminimalkan tindakan perundungan. Ini juga bertujuan untuk memberikan pemahaman mereka tentang dasar hukum yang terkait dengan tindakan tersebut. Penyuluhan ini diharapkan dapat mencegah siswa menjadi pelaku maupun korban penindasan (Maeyangsari *et al.*, 2024).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyuluhan tentang perundungan yang dilakukan di SMP Negeri 2 Kapanjen berhasil meningkatkan pemahaman para siswa mengenai bahaya tindakan penindasan. Para siswa menjadi lebih sadar tentang berbagai jenis *bullying* (fisik, verbal, sosial, dan *cyberbullying*), serta konsekuensi hukum yang dapat dihadapi oleh pelaku. Kegiatan ini juga membantu siswa mengembangkan kebiasaan yang lebih baik di sekolah, keluarga, dan masyarakat secara keseluruhan. (Maeyangsari *et al.*, 2024).

Didasarkan pada kedua referensi di atas, dapat disimpulkan bahwa peran pendidikan sangat penting dalam mencegah dan menangani kesalahan. Institusi pendidikan, seperti sekolah, memiliki tanggung jawab untuk memberikan pemahaman kepada siswa mengenai tindakan perundungan, dampaknya, serta konsekuensi hukum yang terkait. Siswa diharapkan dapat belajar tentang pentingnya menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman melalui kegiatan penyuluhan di sekolah. Pendidikan

juga membantu siswa menjadi perilaku positif dan membuat kebiasaan baik dalam interaksi sosial di sekolah, keluarga, dan masyarakat mereka.

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan yaitu Metode kualitatif termasuk fenomenologi, observasi, dan wawancara. (Dqlab, 2022). Fokus penelitian ini adalah di SD Negeri 2 Jati Kabupaten Garut. Penelitian ini berfokus terhadap edukasi tentang “Memahami Dampak dan Cara Melawan *Bullying*”. Dalam penelitian ini, jenis data yang digunakan adalah teks dan kata tertulis yang menjelaskan subjek dan fenomena yang terjadi di lapangan.

Sasaran dari kegiatan psikoedukasi “*Stop Bullying*” ini disampaikan pada siswa kelas 4 sampai 6 SD Negeri 2 Jati pada tanggal 29 Agustus 2024. Kegiatan psikoedukasi ini dilaksanakan oleh Mahasiswa KKN (Kuliah Kerja Nyata) 2024 kelompok 69, Universitas Muhammadiyah Bandung.

Narasumber dari kegiatan psikoedukasi “*Stop Bullying*” ini yaitu Yasmin Anbar Jannah Wahiddin dan Siti Khoirun Nisa, Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bandung Jurusan Psikologi Fakultas Sosial dan Humaniora.

Metode pendekatan yang dilakukan meliputi edukasi dan diskusi. Langkah-langkah yang dilakukan dalam kegiatan meliputi :

1. Memulai kegiatan pembelajaran dengan memperkenalkan semua anggota Kelompok Kerja Kerja Nyata (KKN) 69.
2. Memberikan pendidikan tentang "*Stop Bullying*" yang mencakup pemahaman tentang definisi,

klasifikasi, efek, dan strategi untuk melawan perundungan.

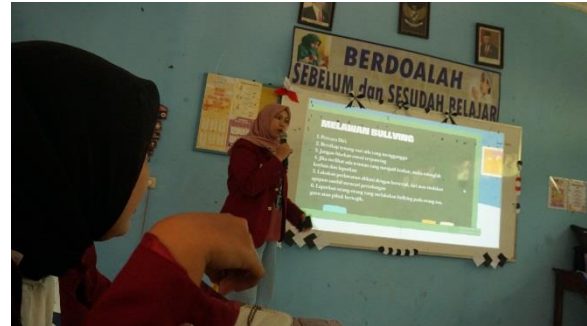
3. *Ice breaking* dengan bernyanyi
4. Menonton video edukasi tentang *stop bullying*
5. Melakukan kegiatan *finger painting* di banner “*Stop Bullying*”
6. Penutup

Dengan adanya kegiatan psikoedukasi *stop bullying* kami berharap bahwa pelajar yang ada di SD Negeri 2 Jati Kabupaten Garut dapat meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa tentang *bullying*, serta mengurangi kejadian penindasan di sekolah.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bulan Agustus 2024, Kelompok KKN Reguler 69 melakukan pengabdian dengan memberikan psikoedukasi untuk mencegah perundungan kepada siswa SD Negeri 2 Jati di Kabupaten Garut..

Psikoedukasi ini dilakukan dengan menggunakan media pembelajaran *powerpoint* oleh narasumber disertai *ice breaking* berupa bernyanyi dan menonton video edukasi tentang *stop bullying* dengan tujuan agar siswa lebih semangat sehingga dapat berkonsentrasi pada psikoedukasi yang dilakukan oleh tim (Gambar 1). Berdasarkan hasil psikoedukasi ini, siswa mendapatkan pengetahuan tentang bahaya perundungan dan siswa cukup antusias dalam mengikuti kegiatan ini agar mendapatkan informasi. Selain itu, melalui psikoedukasi ini difokuskan pada upaya pencegahan tindakan menyimpang di sekolah.



Gambar 1. Penjelasan Materi oleh Narasumber

Hal yang pertama disampaikan yaitu tentunya tentang ‘apa itu *bullying*?’.. Disampaikan bahwa *bullying* atau kata lain penindasan merupakan tindakan agresif berulang yang bertujuan untuk menyakiti atau mengintimidasi seseorang, baik secara fisik, verbal, sosial, maupun online. Setelah siswa mengetahui tentang dasar perundungan, narasumber memberi tahu siswa tentang bentuk perundungan. perundungan ada dalam empat jenis: fisik, verbal, *cyber*, dan sosial. Perundungan fisik adalah penindasan dengan cara seperti menjambak, mencubit, memukul, meludahi, mendorong, dan tindakan tidak menyenangkan lainnya. Jenis kedua, perundungan verbal, adalah *bullying* yang dilakukan dengan ucapan atau kata-kata, seperti mengejek, mencaci, mengancam, mengucilkan, dan menyebarkan rumor. Jenis *cyber bullying* juga terjadi dengan menggunakan teknologi digital, seperti mengirim pesan atau komentar yang kasar, menyebarkan informasi atau data pribadi, dan menyampaikan seseorang secara fisik di media sosial. Dan yang terakhir yaitu, *bullying* sosial merupakan bentuk perundungan yang terjadi dalam konteks sosial, dimana pelaku berusaha bertekad atau mengucilkan korban melalui interaksi sosial, seperti pengucilan, kritik di depan umum,

atau penilaian negatif terhadap individu tersebut.

Selanjutnya, setelah siswa mengetahui bentuk *bullying*, narasumber menjelaskan bahwa dampaknya berdampak pada pelaku dan korban. Penderitaan fisik dan psikologis, kehilangan kepercayaan diri, isolasi sosial, dan ketakutan sosial dapat terjadi pada korban penindasan, namun tidak kalah pentingnya, perundungan dapat mengakibatkan bunuh diri..

Terakhir, narasumber juga menjelaskan bagaimana cara melawan pelaku penindasan. Membangun rasa percaya diri adalah cara efektif untuk menghindari tindakan menyimpang karena pelaku perundungan cenderung semakin bersemangat ketika mereka melihat korban mereka merasa minder dan terpuruk. Melakukan perlawanan yang disusul dengan berteriak, berlari atau tindakan lainnya sambil mencari pertolongan, jika tidak ada reaksi yang menunjukkan rasa penolakan, sering kali membuat si pelaku intimidasi merasa bahwa apa yang dilakukannya bukanlah sebuah masalah.

Saat sesi psikoedukasi berakhir, narasumber memberikan permainan untuk mengukur seberapa baik siswa memahami materi yang telah dijelaskan. Siswa yang menemukan jawaban yang benar akan diberi hadiah berupa cemilan sebagai penghargaan. (Gambar 2)



Gambar 2. Pemberian *Reward* Siswa



Gambar 3. *Finger painting* di banner “*Stop Bullying*”



Gambar 4. Foto Bersama

## DAFTAR PUSTAKA

- Dqlab. (2022). *Jenis Teknik Analisis Data Kualitatif Paling Sering Digunakan*.
- Fatkhiati, Uce, L., & Nurimah. (2023). *Bullying Dalam Perspektif Psikologi Pendidikan*. 12(3), 1–14.
- Febrianti, Y., Lestari, F., Juwati, & Susanti, I. (2024). *Penyuluhan Stop Bullying Di Sd Negeri 56 Lubuklinggau*. 4(2), 281–287.
- Hastuti, R., Arimurti, P. Z., & Hidayah, W. (2022). *Psikoedukasi Terkait Self-Awareness Pada Siswa Smp*. 34–40.
- Irdianti, Sahwa Ainul Magfirah, Akhlakul Qarimah, & Putri Khaerunnisa. (2023). *Psikoedukasi Self Development Pada Siswa SMA Negeri 15 Bulukumba*. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 2(6), 1011–1021. <https://doi.org/10.56799/peshum.v2i6.2279>
- KPAI. (2024). *Stop Bullying Di Satuan Pendidikan*. <https://www.kpai.go.id/publikasi/stop-bullying-di-satuan-pendidikan>
- Maeyangsari, D., Oase, L. A., Harits, S. A., Trirahardjo, M. R., & Nasution, D. R. (2024). *Penyuluhan Bertema “ Stop Bullying! Jadilah Teman , Bukan Lawan ” di SMP Negeri 2 Kepanjen*. 1(5), 49–55. <https://doi.org/https://doi.org/10.62017/jpmi>