



## PROGRAM PSIKOEDUKASI SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN PERILAKU *BULLYING* PADA SISWA MADRASAH ALIYAH ARIFAH GOWA

Ahmad Yasser Mansyur<sup>1)</sup> | Ahmad Razak<sup>2\*)</sup> | Uldiyanti Sya'diah Syahdan<sup>3)</sup> | Ainul<sup>4)</sup> | A. Muh. Raafi Dwi Zaldi<sup>5)</sup>

<sup>1234)</sup>Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar  
ahmad7106@unm.ac.id

---

**Abstract:** *Cases of bullying are currently quite widespread in the school environment. Cases of bullying have a huge impact on the mental health of students. One way that can be done to reduce the level of bullying cases is to do psychoeducation. The purpose of this research is to prevent bullying behavior by conducting psychoeducation to students. The research method used in this research is psychoeducation. The analysis technique uses a qualitative descriptive method. Based on the research that has been done, the results obtained are that students can conclude well the material presented and give a good impression and positive insight. Students are also able to understand the importance of preventing bullying behavior.*

**Keywords:** *Psychoeducation, Bullying, Prevention*

**Abstrak:** Kasus *bullying* saat ini cukup marak terjadi di lingkungan sekolah. Kasus *bullying* memiliki dampak yang sangat besar terhadap kesehatan mental siswa. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi tingkat kasus *bullying* adalah dengan melakukan psikoedukasi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mencegah perilaku *bullying* dengan melakukan psikoedukasi kepada siswa. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah psikoedukasi. Teknik analisis menggunakan metode deskriptif kualitatif. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan hasil yang didapatkan adalah siswa dapat menyimpulkan dengan baik materi yang disampaikan dan memberikan kesan yang baik serta insight yang positif. Siswa juga mampu memahami pentingnya pencegahan perilaku *bullying*.

**Kata Kunci:** Psikoedukasi, *Bullying*, Pencegahan

---

### A. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode peralihan dari akhir masa kanak-kanak menuju awal masa remaja. Biasanya, masa remaja berlangsung dari usia 13 hingga 19 tahun (Santrock, 2011). Selama masa transisi ini, remaja akan menghadapi krisis identitas diri yang dapat memengaruhi aspek psikologis, perilaku, dan psikososialnya. Masa remaja ini seringkali dikaitkan dengan pencarian jati diri (ego identity) di mana remaja mungkin menunjukkan identitas mereka dengan perilaku yang kurang baik, seperti terlibat dalam perkelahian, melakukan perundungan (*bullying*), atau mengolok-olok orang lain (Irwanti & Haq, 2023). Temuan ini sesuai dengan hasil observasi yang dilakukan selama mengikuti program BKP (Bentuk Kegiatan Pembelajaran) Asistensi Mengajar di salah satu institusi pendidikan di

Kabupaten Gowa, Sulawesi Selatan, selama sekitar empat bulan.

Fenomena bullying merupakan sumber kekhawatiran masyarakat yang sering terjadi di lingkungan sekolah, termasuk di Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), dan Sekolah Menengah Atas (SMA). Perilaku bullying mencakup tindakan kekerasan yang melukai orang lain, baik melalui kontak fisik langsung maupun melalui media elektronik, yang dikenal dengan istilah cyber bullying (Marhan dkk, 2022). Bullying dapat didefinisikan sebagai tindakan kekerasan fisik dan psikologis yang berkelanjutan, dilakukan oleh seseorang atau kelompok terhadap individu lain yang tidak dapat membela diri (Amin, 2020). Jenis bullying dapat bervariasi, termasuk bullying fisik (seperti memukul), bullying verbal (seperti ejekan), bullying sosial (seperti menyebarkan fitnah), dan bullying daring (seperti menyebarkan gosip melalui media sosial) (Irwanti & Haq, 2023).

Menurut data yang diterbitkan oleh Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), terdapat 37.381 pengaduan terkait kekerasan terhadap anak selama sembilan tahun periode 2011 hingga 2019. Sementara itu, jumlah kasus bullying yang terjadi di lembaga pendidikan dan media sosial mengalami peningkatan signifikan, dengan 2.473 laporan yang tercatat, dan trennya terus meningkat (sumber: [www.kpai.go.id](http://www.kpai.go.id)). Data dari Federasi Serikat Guru Indonesia (FSGI) juga mencatat bahwa terdapat enam kasus bullying atau tindakan kekerasan fisik serta 14 kasus kekerasan seksual yang tercatat dalam dua bulan pertama tahun 2023 (sumber: [www.tirto.id](http://www.tirto.id)).

Temuan tersebut sesuai dengan hasil survei yang dilakukan oleh tim penulis, yang menunjukkan bahwa rata-rata siswa Madrasah Aliyah Arifah Gowa yang berusia 15-17 tahun pernah mengalami kasus bullying. Sebanyak 73,3% dari responden pernah menjadi korban bullying, sementara 50% dari responden mengalami bullying secara verbal, seperti ejekan, sindiran, dan perilaku merendahkan lainnya. Hal ini mengindikasikan bahwa tindakan kekerasan di kalangan remaja masih merupakan permasalahan yang berkelanjutan, mungkin karena kurangnya sanksi yang tegas bagi para pelaku bullying, yang kemudian tidak menimbulkan efek jera pada mereka.

Ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan seseorang menjadi pelaku bullying, termasuk faktor keluarga. Misalnya, buruknya hubungan antara anak dan orang tua dapat memengaruhi perilaku remaja. Remaja yang merasa kurang diperhatikan oleh orang tua di rumah mungkin mencari perhatian di sekolah dengan menunjukkan kekuasaan mereka di depan individu yang dianggap lebih lemah daripada mereka. Selain itu, kekerasan yang dialami oleh anak dari orang tua di rumah juga bisa menjadi alasan mengapa seseorang melakukan bullying. Pelaku bullying mungkin menindas orang lain sebagai cara untuk melampiaskan ketidakadilan yang mereka alami di lingkungan rumah yang cenderung menindas dan membuat mereka merasa tidak berdaya (M. Ahkam A & Nurfitriany, 2017). Faktor lain yang sering berperan dalam membuat seseorang menjadi pelaku bullying adalah kelompok sebaya (*peer group*) remaja. Jika remaja tidak memiliki pedoman yang baik dalam memilih kelompok teman, mereka mungkin bergabung dengan kelompok yang terlibat dalam kegiatan-kegiatan yang menyimpang. Selain itu, faktor lingkungan komunitas juga dapat menjadi pemicu perilaku bullying. Misalnya, keberadaan kelompok minoritas dalam komunitas dapat memicu bullying verbal dengan memberikan label negatif pada individu atau kelompok minoritas tertentu (Zakiyah dkk, 2017).

Perilaku bullying tentunya memiliki dampak negatif yang tidak hanya dirasakan oleh korban saja, namun juga bagi pelaku bullying. Dampak negatif yang dirasakan oleh korban bullying antara lain sakit secara fisik maupun psikologis, menurunnya tingkat kepercayaan diri, trauma, takut ke sekolah, ketakutan sosial, bahkan pada beberapa kasus munculnya keinginan untuk bunuh diri dan mengalami gangguan jiwa. Sedangkan dampak negatif bagi pelaku

bullying antara lain tidak diterima di masyarakat, berpotensi menjadi pelaku kriminal, memiliki kepribadian buruk, serta mengalami permasalahan sosial (Direktorat Sekolah Dasar, 2021).

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di Madrasah Aliyah Arifah Gowa, tim penulis mencatat adanya empat laporan kasus perundungan yang melibatkan siswa laki-laki maupun siswa perempuan. Temuan ini menjadi perhatian utama bagi tim penulis, yang kemudian mengambil langkah-langkah untuk mencegah dan mengatasi masalah bullying. Oleh karena itu, tim penulis mengembangkan program psikoedukasi yang diberi nama "Sekolah Anti Bullying" sebagai tindakan preventif. Harapannya, program ini akan memberikan pengetahuan tentang bullying kepada para siswa Madrasah Aliyah Arifah Gowa, sehingga perilaku bullying dapat diminimalkan atau bahkan dihilangkan di lingkungan sekolah.

## **B. METODE YANG DIGUNAKAN**

Kegiatan ini dilakukan dengan metode psikoedukasi kepada siswa siswi kelas 10 dan 11 Madrasah Aliyah Arifah Gowa. Menurut Aji, dkk (dalam Irwanti & Haq, 2023), psikoedukasi adalah kegiatan yang mempromosikan suatu pemahaman untuk mencegah suatu kondisi atau gejala psikologis dalam suatu kelompok atau komunitas. Hal ini sejalan dengan tujuan diadakannya kegiatan psikoedukasi yaitu untuk mencegah adanya tindakan bullying yang dilakukan oleh sesama siswa. Pemberian materi psikoedukasi menggunakan media *Power Point* yang meliputi pengertian bullying, bentuk-bentuk bullying, faktor penyebab perilaku bullying, dampak negatif bullying, serta tips menghindari perilaku *bullying*.

Teknik analisis data menggunakan metode deskriptif kualitatif. Menurut I Made Winartha (dalam Lindawati & Hendri, 2016), metode deskriptif kualitatif merupakan sebuah metode yang terdiri dari menganalisis, mendeskripsikan, dan meringkas berbagai kondisi dan situasi dari berbagai data yang diperoleh melalui hasil wawancara dan observasi mengenai masalah yang diteliti di lapangan. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian adalah teknik observasi dan wawancara. Observasi atau pengamatan merupakan suatu aktivitas yang meliputi pengamatan kondisi fisik dan segala aktivitas yang terjadi di lapangan. Sedangkan wawancara merupakan suatu kegiatan tanya jawab secara langsung dengan responden maupun informan.

Psikoedukasi diberikan dengan metode ekspositori, yaitu model pembelajaran yang menekankan pada proses guru menyampaikan materi secara verbal kepada siswa agar siswa dapat menguasai materi pembelajaran tersebut. Setelah pemberian materi secara verbal, dilanjutkan dengan metode diskusi dan tanya jawab. Kegiatan ini secara umum terdiri dari tiga tahapan sebagai berikut:

### **1. Tahap Persiapan**

Tahapan persiapan merupakan tahapan awal kegiatan yang dilakukan dengan menganalisis hasil observasi dan wawancara berdasarkan permasalahan yang muncul, merancang kegiatan psikoedukasi, menentukan tema, judul, mencari referensi materi psikoedukasi, membuat *power point*, dan menyiapkan segala perlengkapan dan peralatan yang dibutuhkan selama pelaksanaan kegiatan psikoedukasi..

### **2. Tahapan Pelaksanaan**

Tahapan pelaksanaan merupakan tahap inti dari kegiatan psikoedukasi yang dilakukan yang mencakup seluruh rangkaian kegiatan dari awal dimulainya acara hingga penutup.

### **3. Tahapan Akhir**

### **4. Tahapan akhir meliputi tahap pembuatan laporan sebagai bentuk pertanggung jawaban dari kegiatan psikoedukasi yang telah dilakukan.**

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan psikoedukasi berlangsung selama dua hari, yaitu pada hari Kamis dan Jumat, tanggal 4-5 Mei 2023. Tim penulis memberikan psikoedukasi kepada setiap kelas 10 dan 11 selama jam mata pelajaran Bimbingan dan Konseling (BK). Pada hari Kamis, 4 Mei 2023, sesi psikoedukasi berlangsung selama dua jam, sementara pada hari Jumat, 5 Mei 2023, kegiatan dilaksanakan selama 6 jam, dengan beberapa kali jeda untuk setiap kelas.

Kegiatan psikoedukasi diawali dengan salam pembuka dan doa. Tujuan kegiatan pembukaan ini dilakukan agar fasilitator dan siswa dapat saling mengakrabkan diri satu sama lain. Setelah doa pembukaan, fasilitator menyampaikan tujuan dari kegiatan psikoedukasi ini yaitu untuk memberikan pengetahuan mengenai bullying guna mencegah adanya tindakan bullying yang dilakukan oleh sesama siswa.



**Gambar 1.** Salam Pembuka dan Doa



**Gambar 2.** Penyampaian Tujuan Kegiatan

Selanjutnya masuk pada kegiatan inti yakni memberikan materi tentang pengertian bullying, bentuk-bentuk bullying, faktor penyebab perilaku bullying, dampak negatif bullying, serta tips menghindari perilaku bullying. Siswa terlihat mendengarkan dan menyimak dengan baik materi psikoedukasi yang diberikan. Setelah siswa mendengarkan materi mengenai bullying, dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan diskusi. Tujuan dari sesi ini adalah untuk memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya, berbagi pengalaman, dan berdiskusi tentang cara-cara pencegahan tindak bullying berdasarkan pengalaman para siswa.



**Gambar 3.** Penyampaian Materi, Tanya Jawab, dan Diskusi

Setelah semua materi, diskusi, dan tanya jawab selesai, fasilitator meminta beberapa siswa untuk naik ke depan mengemukakan kesimpulan dari apa yang telah disampaikan oleh fasilitator sebelumnya serta menyampaikan kesan dan pesan dari kegiatan psikoedukasi ini. Siswa yang naik mampu menyimpulkan dengan benar terkait materi yang disampaikan dan memberikan kesan yang baik terhadap kegiatan ini khususnya kepada fasilitator yang mampu memberikan banyak insight yang positif kepada para siswa Madrasah Aliyah Arifah Gowa. Selanjutnya, kegiatan terakhir yakni salam penutup, ucapan terima kasih, dan doa penutup dari

fasilitator sebagai tanda berakhirnya kegiatan psikoedukasi ini dan tak lupa pula memberikan apresiasi kepada para siswa yang telah berpartisipasi dalam kegiatan ini

#### **D. KESIMPULAN**

Hasil dari kegiatan layanan psikoedukasi telah meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya mencegah perilaku bullying di lingkungan sekolah, yang pada gilirannya dapat menciptakan lingkungan belajar yang aman dan nyaman. Partisipasi siswa dalam kegiatan ini dilihat dalam pencapaian tujuan yang berhasil meningkatkan pengetahuan siswa melalui penyuluhan tentang bullying. Penyuluhan mencakup pengertian bullying, berbagai bentuk bullying, faktor penyebab perilaku bullying, dampak negatif dari bullying, serta tips untuk menghindari perilaku bullying.

Untuk masa yang akan datang, disarankan agar pihak sekolah, guru, siswa, dan orang tua terus saling mengingatkan, berbagi informasi, dan bekerja sama untuk mencegah terjadinya tindakan kekerasan dan bullying di lingkungan sekolah. Ini adalah langkah yang sangat penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang lebih aman dan mendukung bagi semua anggota komunitas sekolah.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahkam, M. A., & Fakhri, N. (2017). Bullying pada siswa SMA. *Jurnal Psikologi TALENTA*, 2(2), 10.
- Amin, G. (2020). Psikoedukasi Mengenai dampak bullying dan cara meningkatkan self-esteem pada remaja. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 3(1), 300-307.
- Direktorat Sekolah Dasar. (2021). *STOP Perundungan/Bullying Yuk!*. Jakarta: Direktorat Sekolah Dasar.
- 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(1), 214-220.
- Lindawati, S., & Hendri, M. (2016). Penggunaan Metode Deskriptif Kualitatif Untuk Analisis Strategi Pengembangan Kepariwisata Kota Sibolga Provinsi Sumatera Utara. *Seminar Nasional APTIKOM (SEMNASITIKOM)*, Hotel Lombok Raya Mataram, 833-837.
- Marhan, C., Yunita, A., Pambudhi, Y. A., Sunarjo, I. S., Qalbi, L. S., & Abas, M. (2022). Program Psikoedukasi Dalam Meningkatkan Pengetahuan Pencegahan Bullying Bagi Remaja. *Amal Ilmiah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 196-202.
- Santrock, J.W. (2011). *Life Span Development Edisi ke Dua Belas*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Vestalia, D., Sukmawati, D. H. W., & Wibowo, D. H. (2022). Upaya Pencegahan Perilaku Bullying Pada Siswa SMA “XYZ” Melalui Kegiatan Psikoedukasi. *Patria: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 95-105.
- Zakiah, E. Z., Humaedi, S., & Santoso, M. B. (2017). Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying. *Jurnal Penelitian Dan PPM*, 4(2), 324-330.

<https://www.kpai.go.id>

<https://www.tirto.id metode deskriptif>