



## **PSIKOEDUKASI BULLYING MELALUI MEDIA LAGU SEMUA TEMAN UNTUK MENURUNKAN INTENSITAS PERILAKU BULLYING PADA ANAK BINAAN RUMAH ZAKAT GADDETA**

A. Idul Saputra<sup>1)</sup> | Gebriella A Sipapa<sup>1)</sup> | Lilis Damayanti<sup>1)</sup> | Sitti Rahmah<sup>1\*)</sup> | Perdana Kusuma<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup> Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

---

**Abstract:** *Bullying is a condition where a person has difficulty defending themselves from negative treatment that is carried out intentionally and repeatedly. Apart from that, another definition states that bullying behavior occurs if there is an imbalance of power between the bully and the victim. Rumah Zakat Gaddeta, as a social institution that provides learning and literacy spaces for children who live in the area, found bullying behavior with high intensity or occurring frequently. This activity aims to reduce the intensity of bullying behavior among children assisted by Rumah Zakat Gaddeta. The method used is psychoeducation through the song "all friends". The results of the analysis show that the implementation of psychoeducation using the song "All Friends" reduces the intensity of bullying behavior in children assisted by Rumah Zakat Gaddeta.*

**Keywords:** *Psychoeducation, Bullying, Intensity, Song*

**Abstrak:** *Bullying merupakan suatu kondisi dimana seseorang kesulitan dalam mempertahankan diri dari perlakuan negatif yang dilakukan secara sengaja dan berulang. Selain itu, dalam definisi yang lain disebutkan bahwa perilaku bullying terjadi jika terdapat ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku bullying dan korban. Rumah Zakat Gaddeta sebagai lembaga sosial yang menghadirkan ruang belajar dan literasi bagi anak-anak yang berdomisili di daerah tersebut, ditemukan perilaku bullying dengan intensitas tinggi atau sering terjadi. Kegiatan ini bertujuan untuk menurunkan intensitas perilaku bullying pada anak binaan Rumah Zakat Gaddeta. Metode yang digunakan adalah psikoedukasi melalui media lagu "semua teman". Hasil analisis menunjukkan bahwa pelaksanaan psikoedukasi menggunakan media lagu "Semua Teman" menurunkan intensitas perilaku bullying pada anak binaan Rumah Zakat Gaddeta.*

**Kata kunci:** *Intensitas, Lagu, Perundungan, Psikoedukasi*

---

## A. PENDAHULUAN

Fenomena *bullying* atau perundungan merupakan suatu fenomena atau persoalan yang sering ditemui di banyak tempat, termasuk dalam dunia pendidikan. Aktivitas peserta didik yang tidak dapat terlepas dari interaksi sosial dengan lingkungannya, tidak hanya menciptakan hal-hal positif semata. Namun, kerap kali dijumpai tindakan-tindakan yang merugikan salah satu pihak dalam proses interaksi sosial tersebut, salah satunya adalah perilaku *bullying* atau perundungan.

Di Indonesia, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat terdapat sebanyak 87 kasus perundungan atau *bullying* yang dialami oleh anak. *Bullying* merupakan suatu kondisi dimana seseorang kesulitan dalam mempertahankan diri dari perlakuan negatif yang dilakukan secara sengaja dan berulang (Muhopilah & Tentama, 2019). Berdasarkan definisi tersebut, perilaku negatif dapat diidentifikasi sebagai perundungan atau *bullying* jika dilakukan dengan sengaja dan berulang. Selain itu, dalam definisi yang lain disebutkan bahwa perilaku *bullying* terjadi jika terdapat ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku *bullying* dan korban (Olweus, 1993). Kedua hal inilah yang membedakan *bullying* dan tindak kekerasan lainnya, yakni adanya ketidakseimbangan kekuatan dan intensitas perilaku yang berulang-ulang.

Perilaku *bullying* secara umum dapat diklasifikasikan menjadi tiga jenis, yakni *bullying* secara fisik, verbal dan relasional (Hunt, Peters & Rapee, 2012). *Bullying* secara fisik dapat berupa mendorong, memukul, menendang dan berbagai tindakan negatif lainnya yang melibatkan kontak fisik. *Bullying* verbal dapat berbentuk ejekan, menghina, memaki dan berbagai bentuk ungkapan negatif lainnya kepada seseorang. Sedangkan *bullying* relasional dapat berupa mengucilkan, mendiskriminasi dan mendiamkan seseorang.

Secara garis besar, faktor penyebab terjadinya *bullying* dapat dikelompokkan menjadi faktor internal atau faktor yang berasal dari dalam diri individu, dan faktor eksternal atau kondisi lingkungan individu. Muhopilah & Tentama (2019) mengidentifikasi empat faktor utama penyebab terjadinya *bullying*, yaitu kepribadian, keluarga, pengalaman buruk masa lalu dan lingkungan sosial. Selain itu, Utami (2019) menjelaskan bahwa selain kepribadian, keluarga, pengalaman dan lingkungan sosial, akses informasi juga menjadi faktor terjadinya *bullying*. Keterbukaan informasi menjadikan anak dengan mudah mengakses berbagai macam informasi, termasuk adegan kekerasan. Semakin tinggi intensitas anak mengakses adegan kekerasan maka semakin besar pula potensinya untuk melakukan perilaku *bullying* (Fridiliana, 2017).

Perundungan atau *bullying* sebagai suatu tindakan negatif yang dilakukan secara berulang akan menghadirkan efek atau dampak negatif terhadap korban. Prasetyo (2011) menjelaskan bahwa dampak *bullying* dapat diklasifikasikan menjadi dampak jangka pendek dan dampak jangka panjang. Dalam jangka pendek, *bullying* dapat menimbulkan kecemasan, depresi, merasa tidak berharga, atau bahkan berujung pada tindakan bunuh diri. Sedangkan dalam jangka panjang, efek *bullying* kerap kali tidak disadari oleh individu dan lingkungan sekitarnya karena efeknya tidak langsung muncul pada saat itu, melainkan hadir secara perlahan. Baik dampak jangka pendek, terlebih dampak jangka panjang keduanya memiliki implikasi negatif terhadap setiap momentum terbaik dalam hidup, mulai dari studi, karir, interaksi sosial dan akhirnya sampai pada kondisi ketidakbermaknaan dalam hidup (Muslikhah, Mariyati & Widyaningsih, 2020).

Dalam ruang lingkup yang lebih kecil, perilaku *bullying* juga ditemukan terjadi pada anak binaan Rumah Zakat Gaddeta yang terletak di Rappokaling, Kota Makassar. Rumah Zakat Gaddeta merupakan sebuah lembaga sosial yang salah satu orientasi utamanya adalah

pemberdayaan dalam bidang pendidikan. Hal ini direalisasikan dengan menghadirkan ruang belajar dan literasi bagi anak-anak yang berdomisili di daerah tersebut. Berdasarkan pengamatan yang telah dilakukan, dalam proses interaksi anak binaan Rumah Zakat Gaddeta, ditemukan adanya perilaku *bullying* atau perundungan baik secara verbal, fisik maupun relasional, yang melibatkan beberapa anak sebagai pelaku dan beberapa anak lainnya sebagai korban. Hasil pencatatan pengamatan awal yang telah dilakukan menunjukkan bahwa perilaku *bullying* berlangsung dalam intensitas yang sering atau tinggi.

Selanjutnya dilakukan proses wawancara kepada beberapa orang anak yang terindikasi sebagai pelaku *bullying*. Hasil wawancara yang telah dilakukan, menunjukkan keseluruhan anak yang menjadi pelaku *bullying* memiliki pengetahuan yang minim mengenai perilaku *bullying*, pola interaksi yang seharusnya dengan teman sebaya, serta dampak dari tindakan *bullying* yang dilakukan. Artinya, tindakan yang mereka lakukan tidak mempertimbangkan dampak dan resiko yang mungkin akan terjadi.

Berdasarkan data awal yang diperoleh melalui observasi dan wawancara tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa pertama, perilaku *bullying* pada anak binaan Rumah Zakat Gaddeta menunjukkan intensitas yang tinggi, atau dengan kata lain sering terjadi. Kedua, tingginya intensitas perilaku *bullying* pada anak binaan Rumah Zakat Gaddeta disebabkan karena minimnya pengetahuan mengenai perilaku *bullying*, pola interaksi dengan teman sebaya serta dampak yang ditimbulkan dari perilaku *bullying*. Oleh karena itu, perlu diadakan upaya edukatif kepada anak binaan Rumah Zakat Gaddeta, agar memiliki pengetahuan tentang perilaku *bullying*, pola interaksi dengan teman sebaya serta dampak dari perilaku *bullying*, hingga sampai pada kondisi menurunnya intensitas perilaku *bullying* pada anak binaan Rumah Zakat Gaddeta.

## B. METODE YANG DIGUNAKAN

Metode yang digunakan adalah psikoedukasi untuk menurunkan intensitas *bullying* pada anak binaan Rumah Zakat Gaddeta. Psikoedukasi merupakan upaya edukatif untuk memberikan atau mengubah pemahaman individu (Putra & Soetikno, 2018). Psikoedukasi sebagai upaya edukatif menekankan pada proses belajar, pendidikan serta lebih menenkan pada kognitif daripada afektif individu.

Psikoedukasi dilaksanakan dengan menggunakan media musik dan nyanyian atau lagu yang relevan dengan usia anak-anak. Widyaningrum (2018) menjelaskan bahwa lagu anak merupakan suatu sarana edukasi yang menyenangkan dan mudah diingat oleh anak yang sarat akan nilai dan pendidikan karakter sehingga dapat diaplikasikan oleh anak dalam kehidupan sehari-hari. Lagu yang dijadikan sebagai media dalam psikoedukasi ini adalah lagu yang berjudul “Semua Teman”.

**Tabel 1.** Prosedur Kegiatan

NO	KEGIATAN	PELAKSANAAN
1	Observasi awal dan Wawancara	3 hari
2	Persiapan Pelaksanaan Psikoedukasi	3 hari
3	Pelaksanaan Psikoedukasi	3 hari
4	Observasi akhir	3 hari
5	Post test	1 hari
6	Penarikan kesimpulan	1 hari

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan wawancara terhadap 10 orang anak binaan Rumah Zakat. Observasi dilakukan untuk mengetahui intensitas perilaku *bullying*, sedangkan wawancara digunakan untuk memperoleh data pemahaman subjek mengenai perilaku *bullying*. Teknik analisa yang digunakan untuk melihat efektivitas psikoedukasi dalam menurunkan intensitas perilaku *bullying* pada anak binaan Rumah Zakat Gaddeta adalah dengan pengamatan langsung dan pengisian *post test*.

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek merupakan anak binaan Rumah Zakat Gaddeta yang terdiri dari 10 orang anak. Pemilihan subjek didasarkan pada data awal yang diperoleh, setiap anak yang terlihat melakukan perilaku *bullying* akan dijadikan sebagai subjek yang selanjutnya akan diamati lebih lanjut dan diberikan perlakuan berupa psikoedukasi. Subjek berada dalam kisaran usia 8 sampai 11 tahun, yang terdiri dari tujuh anak berjenis kelamin laki-laki dan 3 anak berjenis kelamin perempuan.

Psikoedukasi dilaksanakan dalam rentang waktu tiga hari selama 30 menit per hari. Pada pelaksanaan psikoedukasi, subjek akan diperdengarkan lagu “Semua Teman” sambil bernyanyi bersama dan disertai dengan gerakan. Setelah mendengarkan lagu, bernyanyi dan bergerak bersama, subjek akan diberi penjelasan mengenai makna dalam lagu tersebut. Proses ini dilaksanakan setiap hari selama tiga hari.



**Gambar 1.** Pelaksanaan Psikoedukasi

Adapun lirik lagu “Semua Teman” sebagai berikut:

#### **SEMUA TEMAN**

Disini teman  
Disana teman  
Dimana mana semua teman  
Tak ada musuh  
Tak ada lawan  
Semua saling menyayangi  
Tidak ejek ejekan  
Tidak pukul pukulan

Saling tolong dan sayang dengan teman  
 Disini teman  
 Disana teman  
 Dimana mana semua teman  
 Tak ada musuh  
 Tak ada lawan  
 Semuanya saling menyayangi  
 Tidak ejek ejekan  
 Tidak pukul pukulan  
 Saling tolong dan sayang dengan teman

Pada lagu tersebut anak akan belajar mengenai pola interaksi dengan teman sebaya, tidak melakukan tindakan *bullying* kepada teman dan menghindari dampak buruk *bullying* seperti permusuhan. Lagu ini akan memberikan gambaran secara umum kepada anak mengenai perilaku *bullying* dan akan diberikan penjelasan lebih lanjut setelah proses mendengarkan lagu, bernyanyi dan bergerak bersama selesai.

Hasil observasi awal dan wawancara menunjukkan intensitas perilaku *bullying* yang tinggi atau sering terjadi pada anak binaan Rumah Zakat Gaddeta. Hasil observasi menunjukkan intensitas yang tinggi tersebut meliputi perilaku *bullying* verbal dan fisik, sedangkan perilaku *bullying* yang sifatnya relasional jarang ditemukan. Hasil wawancara dengan subjek menunjukkan bahwa anak binaan Rumah Zakat Gaddeta yang melakukan perilaku *bullying* tidak memiliki pengetahuan mengenai *bullying*, pola interaksi dengan teman, serta implikasi negatif dari perilaku *bullying*.

Observasi akhir dilaksanakan selama proses psikoedukasi berlangsung, yakni selama rentang waktu tiga hari. Setelah anak diberikan psikoedukasi selama kurang lebih 30 menit per hari, anak akan diobservasi dalam proses interaksi dengan teman sebaya. Hasil observasi akhir menunjukkan intensitas perilaku *bullying* pada anak binaan Rumah Zakat Gaddeta mengalami penurunan. Hal ini diperoleh dengan membandingkan hasil observasi awal (sebelum psikoedukasi) dan hasil observasi akhir (setelah psikoedukasi). Adapun perbandingan hasil observasi tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 2.** Perbandingan Hasil Observasi

No	Inisial	Observasi Awal			Observasi Akhir		
		Hari 1	Hari 2	Hari 3	Hari 1	Hari 2	Hari 3
1	R	3	4	3	2	2	0
2	A	4	2	3	2	2	1
3	L	5	3	5	3	2	2
4	R	4	5	4	2	1	1
5	R	3	2	4	2	1	1
6	F	4	5	3	2	2	1
7	A	3	3	4	1	2	1
8	R	2	5	4	2	3	0
9	F	3	2	2	2	1	1
10	A	3	4	4	1	2	0

Pemberian dan pengisian *post test* dilakukan setelah seluruh rangkaian psikoedukasi selesai. Pemberian *post test* dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan subjek setelah diberikan psikoedukasi, terdiri dari beberapa pertanyaan yang relevan dengan perilaku *bullying*. Hasil pengisian *post test* menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan pada subjek setelah proses pelaksanaan psikoedukasi.

#### **D. KESIMPULAN**

Psikoedukasi *bullying* dilaksanakan dengan tujuan untuk menurunkan intensitas perilaku *bullying* pada anak binaan Rumah Zakat Gaddeta. Pelaksanaan psikoedukasi menggunakan media lagu “Semua Teman”. Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa pelaksanaan psikoedukasi menggunakan media lagu “Semua Teman” menurunkan intensitas perilaku *bullying* pada anak binaan Rumah Zakat Gaddeta.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Fridiana, Y. (2017). *Hubungan Antara Pemahaman Bullying dan Intensitas Menonton Tayangan Kekerasan di Televisi dengan Sikap Bullying pada Siswa Kelas VI SD N Se-Kecamatan Gunungpati Tahun Ajaran 2016/2017*. Skripsi. Universitas Negeri Semarang
- Hunt C., Peters L., & Rapee R.M. (2012). Development of a measure of the experience of being bullied in youth. *Journal of Psychological Assessment*, 24(1), 156
- KPAI. (2022). Data Kasus Bullying pada Anak Tahun 2022. Media Online KPAI. Diakses pada 10 Desember 2023 melalui <https://www.kpai.go.id/publikasi/tiada-toleransi-bagi-kekerasan-terhadap-anak>
- Muhopilah, P., & Tentama, F. (2019). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Bullying. *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan*, 1(2), 99-107
- Muslikhah, I., Mariyati & Widyaningsih, T.,S. (2020). Prestasi Belajar Siswa Korban Bullying. *Jurnal Ilmu Kesehatan Jiwa*, 2(3), 121-128
- Olweus, D. (1993). *Bullying at School: What We Know and What We Can Do*. Massachusetts: Blackwell Publishing
- Prasetya, A.,B.,E. (2011). Bullying di Sekolah dan Dampaknya bagi Masa Depan Anak. *Jurnal Pendidikan Islam*, 4(1), 19-26
- Putra, A.,S., & Soetikno, N. (2018). Pengaruh Intervensi Psikoedukasi untuk Meningkatkan Achievement Goal pada Kelompok Siswa Underachiever. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora dan Seni*, 2(1), 254-261
- Utami, N.,A. (2019). Identifikasi Faktor-faktor Penyebab Bullying. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar Edisi 8 Tahun ke-8*, 795-801
- Widyaningrum, A. (2018). Lagu Anak Sebagai Preventif Perilaku Bullying. *MALIH PEDDAS*, 8(2), 186-193