

EFEKTIVITAS PSIKOEDUKASI DALAM PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG *BULLYING* PADA REMAJA

Renita Uki Irwanti¹, Aniq Hadiyah Bil Haq²

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Kalimat Timur
e-mail: renitaukiirwanti@gmail.com¹, ahbh186@umkt.ac.id²

ABSTRACT

Adolescence is identical with the search for identity and identity crisis, which creates several problems such as unstable emotions, opposing behavior, likes to explore, and carry out activities in groups. Generally, several groups of teenagers show their identity with bad behavior such as getting into fights, bullying, making fun of or taunting. Based on preliminary data derived from observations at a school in Samarinda, it was found that there were 3 reports of bullying cases related to children with special needs. This study aims to determine the effectiveness of psychoeducation regarding protection in junior high school students. Psychoeducation is expected to be an intervention to increase students' knowledge about bullying behavior. Psychoeducation is done face-to-face in class. The material provided includes the types of bullying behavior, the negative impact of bullying, the role and strategy of bullying, as well as what to do when you see bullying. Psychoeducation was given to 28 students who were included in one study group. The results of the analysis carried out using the Wilcoxon Test showed that there was a significant increase in scores before and before psychoeducation was carried out. It is sufficient to show that psychoeducation is effective in increasing students' understanding of bullying.

Keywords: *bullying, student, psychoeducations*

ABSTRAK

Masa remaja identik dengan masa pencarian jati diri dan krisis identitas, dimana menimbulkan beberapa permasalahan seperti emosi yang tidak stabil, perilaku menentang, senang bereksplorasi, serta melakukan kegiatan secara berkelompok. Umumnya beberapa kelompok remaja menunjukkan jati diri mereka dengan perilaku yang tidak baik seperti terlibat perkelahian, perundungan (*bullying*), mengolok atau mengejek.. Berdasarkan data awal yang berasal dari hasil observasi di salah satu sekolah di Samarinda ditemukan adanya 3 laporan kasus perundungan yang berkaitan dengan anak berkebutuhan khusus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas psikoedukasi mengenai perundungan pada siswa SMP. Psikoedukasi diharapkan dapat menjadi intervensi untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai perilaku perundungan. Psikoedukasi dilakukan secara tatap muka di kelas. Materi yang diberikan meliputi jenis-jenis perilaku perundungan, dampak negatif perundungan, peran dan strategi perundungan serta hal yang perlu dilakukan ketika melihat perundungan. Psikoedukasi diberikan kepada 28 orang siswa yang termasuk dalam satu rombongan belajar. Hasil analisis yang dilakukan menggunakan Uji Wilcoxon menunjukkan bahwa terjadi peningkatan signifikan pada skor sebelum dan sesudah psikoedukasi dilakukan. Hal tersebut menunjukkan bahwa psikoedukasi cukup efektif dilakukan untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai perundungan (*bullying*).

Kata Kunci: perundungan, siswa SMP, psikoedukasi

PENDAHULUAN

Masa remaja dimulai pada usia 12 hingga 20 tahun, dimana masa tersebut merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan dewasa (Jahja, 2015). Masa remaja ini identik dengan masa pencarian jati diri (*ego identity*). Erikson berpendapat, pada masa tersebut sedang terjadi krisis identitas pada diri remaja. Proses tersebut menimbulkan beberapa permasalahan seperti emosi yang tidak stabil, perilaku menentang, kecemasan karena tidak mampu memenuhi keinginannya, senang bereksplorasi, membentuk kelompok serta cenderung melakukan kegiatan secara berkelompok (Isnawati, 2020).

Umumnya beberapa kelompok remaja menunjukkan jati diri mereka dengan perilaku yang tidak baik seperti terlibat perkelahian, perundungan (*bullying*), mengolok atau mengejek. Hal tersebut sesuai dengan hasil observasi yang dilakukan selama dua bulan, yaitu pada bulan Agustus hingga September. Dalam observasi tersebut ditemukan 3 laporan kasus perundungan yang berkaitan dengan anak berkebutuhan khusus (ABK). Kasus tersebut terjadi di salah satu Sekolah Menengah Pertama (SMP) Samarinda yang termasuk ke dalam sekolah inklusi.

Sekolah inklusi merupakan sekolah yang menampung semua siswa baik yang berkebutuhan khusus maupun normal di kelas yang sama. Dalam prosesnya anak dengan kebutuhan khusus dilayani di sekolah, sesuai dengan kemampuannya bersama-sama teman seusianya (Astuti, 2011). Pendidikan Inklusi didasarkan pada keyakinan fundamental bahwa setiap

orang harus belajar, tumbuh, dan bekerja dengan semua orang (Dapa & Tuerah, 2021). Anak berkebutuhan khusus (ABK) merupakan anak yang memiliki perbedaan dengan anak normal pada umumnya karena adanya hambatan atau penyimpangan fisik, mental-intelektual, sosial-emosional, atau komunikasi (Sulthon, 2020). Mereka rentan untuk mengalami perundungan karena dirinya memiliki cara komunikasi dan perilaku yang berbeda (Purba & Mangunsong, 2010).

Bullying atau perundungan merupakan perilaku menggertak atau orang yang mengganggu orang lemah (Al Wafi, 2022). Bentuk perundungan dapat terjadi secara fisik (memukul), verbal (mengejek), sosial (menyebarkan fitnah), dan internet (menyebarkan gosip melalui sosial media). Hal serupa juga terjadi pada 3 korban *bullying* dimana pelaku sering mengejek dan mengganggunya ketika di kelas. *Bullying* dapat memberikan dampak negatif bagi korban berupa kesakitan secara fisik dan psikologis, takut sekolah, menyendiri, menderita ketakutan sosial, memiliki masalah kesehatan mental, menurunnya rasa percaya diri, malu, trauma, serta merasa sendiri (Direktorat Sekolah Dasar, 2021).

Dampak negatif sebenarnya tidak hanya dirasakan oleh korban, namun juga *bystander* atau pengamat ketika perundungan terjadi. Dampak negatif tersebut antara lain memiliki perasaan terancam dan ketakutan akan menjadi korban selanjutnya, mengalami penurunan prestasi, tidak fokus belajar, dan memiliki perasaan tertekan. Sementara pada pelaku dampak negatif

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

Skenario *bullying* tidak hanya melibatkan pelaku, namun juga orang sekitarnya. Perilaku *bullying* terdiri dari: *bully* (pelaku), *assisting the bully* (teman pelaku, mendukung dan terlibat aktif dalam bullying), *reinforcing the bully* (pendukung pelaku, provokator), *defender* (pembela korban, yang selanjutnya menjadi korban), *outsider* (menyaksikan perundungan dan hanya diam), *victim* (korban bullying) (Sapitri, 2020).

Pentingnya pemahaman mengenai bahaya perilaku *bullying* maka, dibutuhkan psikoedukasi untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai perilaku bullying / perundungan, jenis perilaku perundungan, dampak negatif perundungan, peran dan strategi perundungan serta hal apa saja yang perlu dilakukan ketika melihat perundungan. Psikoedukasi tersebut penting untuk dilakukan sebagai salah satu strategi intervensi guna membangun pemahaman bahwa perundungan termasuk perilaku yang buruk (Iswan & Royanto, 2019).

Psikoedukasi merupakan sebuah usaha membantu klien dalam mengembangkan aneka *life skills* atau keterampilan hidup lewat aneka program terstruktur yang diselenggarakan berbasis kelompok (Supratiknya, 2008). Psikoedukasi bertujuan untuk mengubah cara berpikir peserta mengenai konsep tertentu. Psikoedukasi dapat menjadi

pilihan intervensi yang tepat karena dapat digunakan untuk semua umur dan tingkat pendidikan, serta menekankan pendidikan atau pembelajaran (Ni'Matuzahroh, 2019).

Menurut artikel ilmiah "Program Psikoedukasi Dalam Meningkatkan Pengetahuan Pencegahan Bullying Bagi Remaja" psikoedukasi mengenai perundungan dapat meningkatkan pengetahuan bagi siswa dalam upaya pencegahan atau preventif. Penelitian yang dilakukan oleh Midgett, Doumas, & Jhonston pada tahun 2017 menyatakan bahwa psikoedukasi yang diberikan kepada pengamat perundungan atau *bystander* dapat menurunkan tindakan perundungan karena adanya peningkatan pengetahuan dan kepercayaan diri siswa yang menjadi pembela korban.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen. Metode eksperimen memiliki ciri khas yaitu adanya pemberian manipulasi atau perlakuan (Pratisti & Yuwono, 2018). Perlakuan yang diberikan berupa psikoedukasi dengan materi meliputi jenis-jenis perilaku perundungan, dampak negatif perundungan, peran dan strategi perundungan serta hal yang perlu dilakukan ketika melihat perundungan. Penelitian ini menggunakan desain *one group pre-test and pos-test*.

Psikoedukasi diberikan dengan metode ekspositori yaitu, menyampaikan materi secara verbal dengan tujuan setelah diberikan materi siswa dapat memahami dan mengungkapkan materi yang telah diberikan (Amin & Sumendap, 2022). Pemberian materi menggunakan media poster. Sampel yang digunakan

berjumlah 28 orang siswa heterogen. Terdiri dari siswa berprestasi secara akademik, maupun non-akademik, serta anak dengan kebutuhan khusus yang telah diatur sedemikian rupa oleh guru terkait.

Hasil penelitian diperoleh dari jawaban yang diberikan oleh siswa dengan menggunakan lembar *pre-test* dan *post-test*. Lembar tes sebelum dan tes sesudah psikoedukasi dibuat berdasarkan materi yang diberikan. Menghasilkan 10 butir pernyataan, dimana siswa harus memberikan jawaban benar atau salah dari masing-masing pernyataan tersebut. Jawaban yang diberikan oleh siswa pada lembar *pretest* dan *posttest*, akan dikoreksi serta diberi skor. Apabila jawaban yang diberikan benar akan mendapatkan skor 1 sementara yang salah 0.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Psikoedukasi merupakan kegiatan untuk meningkatkan pemahaman guna mencegah suatu kondisi atau gangguan psikologis di suatu kelompok atau komunitas (Aji, dkk 2022). Definisi tersebut sejalan dengan tujuan dilakukannya psikoedukasi yaitu untuk mencegah adanya tindakan perundungan yang dilakukan oleh sesama siswa. Ni'Matuzahroh (2019) mengungkapkan bahwa psikoedukasi bertujuan untuk mengubah cara berpikir peserta psikoedukasi mengenai konsep-konsep tertentu. Harapannya setelah diberikan psikoedukasi siswa mampu mengenali dan memahami perilaku-perilaku yang termasuk perundungan, dampak perilaku perundungan, peran dan skenario

perundungan serta hal yang perlu dilakukan ketika melihat perundungan.

Guna mengetahui efek kognitif dari psikoedukasi yang telah diberikan, dilakukan analisis data pada hasil tes 28 orang siswa. Tes yang diberikan meliputi *pre-test* dan *post-test*. Sebelum data dianalisis dilakukan uji normalitas, untuk melihat apakah sebaran data data yang telah didapat memiliki sebaran data yang normal. Uji normalitas menggunakan uji *Shapiro-Wilk*.

Tabel 1
Uji Normalitas

	Shapiro-Wilk		
	Statisti c	df	Sig.
PreTest	.934	28	.078
PostTest	.920	28	.034

Hasil analisis menunjukkan bahwa sebaran data tidak normal karena nilai koefisien sig. *post-test* memiliki nilai 0,034 lebih kecil dari nilai probabilitas alfa yaitu 0,05. Sehingga hanya dapat dilakukan uji non parametrik karena data tidak memenuhi asumsi normalitas. Uji non parametrik yang dilakukan menggunakan uji *Wilcoxon* untuk mengukur perbedaan nilai rerata 2 kelompok *pre-test* dan *post-test*.

Tabel 2
Uji Wilcoxon

PostTest - PreTest	
Z	-2.331 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.020

Berdasarkan data diatas diketahui nilai Asym.sig (2-tailed) memiliki nilai 0,020 yang berarti lebih rendah dari alpha 0,05, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat perbedaan signifikan

antara hasil *pre-test* dan *pos-test*. Hasil tersebut juga menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian materi perundungan terhadap hasil pengetahuan masing-masing siswa, dimana telah terjadi peningkatan pengetahuan siswa mengenai perundungan.

Hasil tersebut sesuai dengan penelitian sebelumnya yang berjudul "Program Psikoedukasi dalam Meningkatkan Pengetahuan Pencegahan *Bullying* bagi Remaja" dimana program psikoedukasi mengenai perundungan dapat meningkatkan pengetahuan bagi siswa. Psikoedukasi yang dilakukan juga merupakan upaya pencegahan atau preventif dalam membangun pemahaman bahwa perundungan termasuk perilaku buruk juga merupakan strategi intervensi yang penting untuk dilakukan (Iswan & Royanto, 2019). Program psikoedukasi dengan metode STAC (*Steal The Show, Turning It Around, Accompany Other And Coaching Compassion*) untuk pengamat perundungan (*bystander*) yang dilakukan pada siswa sekolah dasar menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan kepercayaan diri siswa ketika menjadi pembela korban sehingga dapat menurunkan tindakan perundungan (Midgett, Doumas, & Johnston, 2017).

Hasil analisis data juga menunjukkan adanya penurunan nilai tes sebelum dan sesudah diberi perlakuan pada 4 orang dengan rata-rata penurunan 12,38. Sebanyak 17 orang mengalami peningkatan nilai *post-test* dengan rata-rata peningkatan 10,68. Tujuh orang yang lainnya memiliki nilai *pre-test* dan *post-test* yang sama.

Selama psikoedukasi berlangsung, siswa memperhatikan penjelasan dengan

baik. Adapun ketika membahas mengenai *bystander* atau pengamat perundungan, para siswa merasa dirinya termasuk dalam kelompok tersebut. Terbukti dari jawaban yang diberikan oleh salah satu siswa pada pernyataan nomor 8 dirinya menambahkan kalimat di akhir jawaban yang berbunyi "Benar. tergantung situasinya, jika memungkinkan akan melapor".

Kebanyakan dari siswa berpendapat bahwa akan lebih baik jika mereka tidak melaporkan kejadian perundungan di sekolah kepada siapapun. Hal tersebut terjadi karena adanya rasa takut apabila melapor, identitasnya akan diketahui oleh pelaku perundungan sehingga akan menjadi korban selanjutnya. Sebenarnya identitas pelapor akan dirahasiakan oleh guru BK. Identitas pelapor hanya akan diungkap kepada pihak yang merupakan orang tua atau wali murid, wali kelas, kesiswaan dan kepala sekolah jika memungkinkan. Pendapat siswa tersebut sesuai dengan dampak perilaku *bullying* terhadap pengamat perundungan, dimana mereka memiliki perasaan takut dan cemas karena berpikir menjadi target perundungan yang selanjutnya (Direktorat Sekolah Dasar, 2021).

Sesungguhnya dalam Al-Qur'an telah dijelaskan mengenai larangan perilaku *bullying*. Hal ini tertera dalam surah Al-Hujurat ayat 11, yang artinya:

"Wahai orang-orang yang beriman, janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain (karena) boleh jadi mereka (yang diolok - olokkan itu) lebih baik daripada mereka (yang mengolok-olok) dan jangan pula perempuan-perempuan (mengolok-olok) perempuan lain (karena) boleh jadi

perempuan (yang diolok-olok itu) lebih baik daripada perempuan (yang mengolok-olok). Janganlah kamu saling mencela dan saling memanggil dengan julukan yang buruk. Seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) fasik setelah beriman. Siapa yang tidak bertobat, mereka itulah orang-orang zalim”.

Perilaku bullying atau perundungan yang dimaksud dalam surah tersebut berupa perilaku mengolok-olok, menghina, mengejek, dan merendahkan orang lain. Larangan tersebut menekankan manusia untuk meninggalkan kebiasaan menghina, tidak menghargai, dan menganggap rendah orang lain. Manusia memiliki kewajiban untuk rendah hati, sadar akan kekurangan diri dan tidak sombong. Ayat tersebut juga mengajak manusia untuk tidak memanggil seseorang dengan panggilan yang dianggap buruk (Seprianto, 2022).

SIMPULAN

Psikoedukasi yang dilakukan berfungsi sebagai strategi intervensi untuk membangun pemahaman bahwa perundungan termasuk perilaku yang buruk. Hasil analisis yang dilakukan pada siswa menunjukkan bahwa terjadi peningkatan signifikan pada skor sebelum dan sesudah psikoedukasi dilakukan. Hal tersebut menunjukkan bahwa kegiatan psikoedukasi yang dilakukan telah meningkatkan pemahaman siswa mengenai perundungan (*bullying*).

Berdasarkan hasil yang diperoleh, diharapkan instansi terkait dapat

mempertimbangkan untuk memasukkan materi perundungan dalam kurikulum yang digunakan sebagai langkah preventif dalam menanggulangi tindakan *bullying*. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan psikoedukasi dapat diberikan kepada seluruh siswa di sekolah dan tidak hanya melihat perubahan dalam segi pemahaman siswa, namun juga tingkat penurunan perilaku perundungan di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, S.P., Silviana, M., Wijaya, Y., Farahdiba, I., Sairah., Apriliyani, R., Yuhanah., Arini, D.P., Fahlevi, R., Sholichah, I.F. (2022). *Psikologi Klinis*. Padang: PT. Global Eksekutif Teknologi.
- Al Wafi, S. R. (2022). Peranan Guru Bimbingan Konseling Dalam Mencegah dan Menangani Bullying Pada Kalangan Peserta Didik Di SMA Boarding School Putra Harapan Purwokerto. In B. ' . 20, *The World Of Counselor* (pp. 354-364). *Anagraf Indonesia*.
- Amin, & Sumendap, L. Y. (2022). *164 Model Pembelajaran Kontemporer*. Bekasi: LPPM Universitas Islam 45 Bekasi.
- Astuti, I. (2011). *Kepemimpinan Pembelajaran Sekolah Inklusi*. Malang: Bayumedia Publishing.
- Dapa, N. A., & Tuerah, R. M. (2021). *Manajemen Sekolah Inklusi*. Yogyakarta: Deepublish.
- Direktorat Sekolah Dasar. (2021). *STOP Perundungan/Bullying Yuk!* Jakarta: Direktorat Sekolah Dasar.

- Isnawati, R. (2020). *Pentingnya Problem Solving Bagi Seorang Remaja*. Surabaya: Jakad Media Publishing.
- Iswan, A. H., & Royanto, L. R. (2019). Intervensi Perilaku Perundungan pada Siswa Sekolah Dasar sebagai Pelaku. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, (9)2, 122-134.
- Jahja, Yudrik. (2015). *Psikologi Perkembangan*. Kencana: Jakarta.
- Midgett, A., Dumas, D. M., & Jhonston, A. D. (2017). Establishing School Counselors as Leaders in *Bullying* Curriculum Delivery: Evaluation of a Brief, School-Wide Bystander Intervention. *Professional School Counseling*, 21(1), 1-9. doi: 10.1177/2156759X18778781.
- Ni'Matuzahroh. (2019). *Aplikasi Psikologi di Sekolah: Teori dan Praktik dalam Memahami Masalah-Masalah di Sekolah*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Pratisti, W., & Yuwono, S. (2018). *Psikologi EKsperimen: Konsep, Teori, Aplikasi*. Surakarta: Muhammadiyah University Press.
- Purba, R. M., & Mangunsong, F. (2010). Program SERASI (Sekolah Ramah Inklusi) Dalam Meningkatkan Pengetahuan Saksi Sebaya (Peer Bystander) Tentang Disabilitas dan Perundungan (*Bullying*). *INQUIRY Jurnal Ilmiah Psikologi*, (11)2, 1-15.
- Sapitri, W. A. (2020). *Cegah dan Stop Bullying Sejak Dini*. Semarang: Guepedia.
- Seprianto, E. (2022). Understanding The Bully Verse in The Al-Qur'an with a Psychological Approach. *Takwil: Journal of Quran and Hadith Studies* (1)1, 73-78.
- Sulthon. (2020). *Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*. Depok: Raja Grafindo Persada.
- Supratiknya. (2008). *Merancang Program dan Modul Psikoedukasi*. Yogyakarta : Universitas Sanata Dharma