



Psikoedukasi Untuk Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Dampak *Bullying* Pada Sekolah X Di Surabaya

Gita Ayodya Kelana A ⁽¹⁾, Herlan Pratikto ⁽²⁾

¹ Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Indonesia

² Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Indonesia

Email : ¹ gakayodya@gmail.com, ² pratiktoherlan75@gmail.com

Abstract

The passing of time, changes in the value system of life run so fast because of the role of globalization. These changes also occur within the scope of education, namely schools. Schools are expected to be a safe place for students both physically and mentally, but in reality many students are often involved in psychological problems. One of the psychological problems that occur in schools is bullying. The subjects in this intervention were all students of class VII – IX from school X in Surabaya. The method used to increase knowledge and attitudes about bullying behavior is through psychoeducation. As for the purpose of this study, namely to determine the effectiveness of psychoeducation in increasing knowledge and attitudes about bullying behavior in students. This research is a quasi-experimental study with a one group pre test – post test design. The results of data analysis using paired sample t-test analysis showed that there was a change. The difference is that the pre-test average score is 60.43 and the post-test average score is 99.11 with a significance level of 0.000. Because the significance level is <0.01, it shows that there is a difference, meaning that the subject's knowledge of bullying behavior has increased after being given psychoeducation.

Keywords : Psychoeducation, Bullying, Adolescence

Abstrak

Seiring berjalannya waktu, perubahan tata nilai kehidupan berjalan begitu cepat karena peran globalisasi. Perubahan – perubahan tersebut juga terjadi didalam ruang lingkup pendidikan yaitu sekolah. Sekolah diharapkan menjadi tempat yang aman bagi para siswa baik secara fisik maupun mental, namun realitanya banyak siswa seringkali terlibat dalam masalah – masalah psikologis. Salah satu permasalahan psikologis yang terjadi disekolah adalah tindakan perundungan. Subyek dalam intervensi ini adalah semua siswa kelas VII – IX dari sekolah X di surabaya. Metode yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang perilaku *bullying* yaitu melalui psikoedukasi. Adapaun tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektivitas psikoedukasi dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang perilaku bullying pada para siswa. Penelitian ini merupakan penelitian Quasi Eksperimental dengan desain *One group pre test – post test*. Hasil analisa data menggunakan analisis paired sampel t-test menunjukkan adanya perubahan. Adapun perbedaan tersebut yaitu rata-rata pre test menunjukkan skor 60,43 dan skor rata-rata post test yang menunjukkan skor 99,11 dengan tingkat signifikansinya adalah 0,000. Karena taraf signifikansi < 0,01 maka menunjukkan adanya perbedaan, dengan artian pengetahuan tentang perilaku *bullying* subyek mengalami peningkatan setelah diberikan psikoedukasi.

Kata kunci : Psikoedukasi, Perundungan, Remaja

Pendahuluan

Sekolah merupakan wadah bagi anak untuk meraih pendidikan dan menjadi wadah petualangan yang menyenangkan dalam menentukan masa depannya, maka dari itu para siswa dan siswi harus dipersiapkan semenjak dini agar kelak di kemudian hari menjadi generasi cerdas yang menguasai ilmu pengetahuan sehingga mempunyai bekal dalam menentukan masa depannya. Selain mempunyai wawasan yang luas para siswa

juga diharapkan memiliki budi pekerti yang baik dan berkarakter kuat. Sekolah juga menjadi rumah kedua bagi para siswa, hal itu dikarenakan sepertiga waktu bahkan lebih waktu anak dihabiskan disekolah ditambah dengan jumlah hari sekolah yang berdurasi lima sampai enam hari, maka tidak mengherankan jika sekolah menjadi harapan para orang tua demi menentukan masa depan anak-anaknya. Sebagai rumah kedua, tentunya sekolah diharapkan menjadi tempat yang aman dan nyaman dalam proses belajar, berinteraksi dan berekspressi. Namun untuk menjalankan fungsi tersebut tentunya tidak semudah itu, dibutuhkan kerjasama positif dan sinergi semua pihak baik dari kebijakan pemerintah, sekolah, guru, orang tua dan para siswa – siswi itu sendiri.

Dalam proses pembentukan karakter siswa tentunya tidak selalu berjalan sesuai rencana, hal ini lantaran terkadang masih dijumpai berbagai permasalahan dan pelanggaran yang terjadi di sekolah. Salah bentuk permasalahan yang terjadi yaitu adanya tindakan perundungan yang dilakukan oleh sesama siswa itu sendiri. Dewasa ini tindak kekerasan di Indonesia cukuplah meningkat, berbagai macam tindak kekerasan yang dilakukan sangat bervariasi, berbagai informasi dan berita tentang kekerasan semakin banyak terdengar dan terlihat. Salah satu permasalahan yang menjadi perhatian adalah maraknya perilaku perundungan atau *bullying* yang terjadi dilingkungan pendidikan. Diantara banyaknya tindak kekerasan yang terjadi salah satunya terjadi dilingkungan pendidikan, baik dari level sekolah dasar sampai level perguruan tinggi, baik sekolah umum maupun sekolah yang berbasis keagamaan. Berdasarkan informasi Komisioner Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), sejak tahun 2011 hingga tahun 2016 telah terjadi 23 ribu kasus kekerasan fisik dan psikis pada anak.

Bullying merupakan perilaku kekerasan atau tindakan menyakiti baik yang aktual maupun yang dipersepsi yang sengaja dilakukan oleh teman sebaya secara berulang-ulang dan melibatkan ketidakseimbangan kekuatan antara korban dan pelaku, (Olweus dalam Wolke & Lereya, 2015). *Bullying* dapat dilakukan baik di kelas, maupun di area lingkungan sekolah (Sittichai & Smith, 2017). "*Bullying* adalah penggunaan kekuasaan atau kekuatan untuk menyakiti seseorang atau kelompok, sehingga korban merasa tertekan trauma dan tidak berdaya. Tindakan negatif tersebut termasuk melukai atau mencoba melukai serta membuat korban merasa tidak nyaman. Tindakan *bullying* dapat dilakukan secara fisik misalnya, pemukulan, tendangan, mendorong, dan mencekik; secara verbal misalnya memanggil nama korban dengan sebutan yang buruk, mengancam, mengolok-olok, dan fitnah" (Azis A, 2015).

Perilaku *bullying* melibatkan interaksi dinamis antara pelaku dan korban. Ketika melakukan perilaku *bullying*, pelaku meningkat kekuatannya, sebaliknya korban kehilangan kekuatannya dan hasilnya korban menjadi kesulitan untuk berespon atau melakukan *coping* pada permasalahan yang dihadapi (Smith dalam Menesini & Salmivalli, 2017). Selain itu, Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) juga merilis data bahwa kasus *bullying* ditemukan sekitar 87,6 % dimana korban laki-laki lebih banyak dari perempuan dan perilaku *bullying* lebih rentan terjadi pada usia remaja awal.

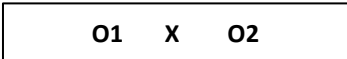
Salah satu permasalahan yang sering dihadapi para remaja berhubungan dengan penolakan teman sebaya adalah munculnya perilaku *bullying* yang merupakan bentuk khusus agresi di kalangan teman sebaya (Umasugi, 2011). Remaja tidak mempunyai tempat yang jelas karena tidak termasuk golongan anak, tetapi tidak pula termasuk golongan orang dewasa. Remaja masih belum mampu untuk menguasai fungsi-fungsi fisik maupun psikisnya (Hosnan, 2016).

Bullying juga memberikan dampak terhadap korban secara psikologis. Ketika mengalami *bullying*, korban merasakan banyak emosi negatif (marah, dendam, kesal, tertekan, takut, malu, sedih, tidak nyaman, terancam) namun tidak berdaya menghadapinya. Dalam jangka panjang emosi-emosi ini dapat berujung pada munculnya perasaan rendah diri bahwa dirinya tidak berharga. Para korban kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, ingin pindah ke sekolah lain atau keluar dari sekolah itu, terganggu prestasi akademisnya atau sering sengaja tidak masuk sekolah. Selain itu, *bullying* berdampak terhadap timbulnya gangguan psikologis, seperti rasa cemas berlebihan, selalu merasa takut, depresi, ingin bunuh diri, dan gejala-gejala gangguan stres pasca-trauma (post-traumatic stress disorder), merasa hidupnya tertekan, takut bertemu pelaku *bullying*, bahkan depresi dan berkeinginan untuk bunuh diri (Azis A, 2015).

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu kepala sekolah X di Surabaya dapat diketahui bahwa tindakan *bullying* kerap terjadi disekolahnya. Tindakan tersebut dilakukan oleh senior kepada junior atau sesama rekan kelas. Terdapat beberapa siswa yang menjadi dampak dari perilaku *bullying* diantaranya mereka menjadi merasa cemas, tertekan, *stress* dan takut. Bahkan ada beberapa siswa yang mengundurkan diri dari sekolah tersebut. Lanjut dikatakan, bahwa sejauh ini para tenaga pendidik sudah berupaya melakukan tindakan-tindakan terukur dan memberikan nilai-nilai moral kepada para siswa, namun diakui pula bahwa selama ini sekolahnya memang belum tersentuh oleh psikoedukasi-psikoedukasi tentang *bullying*. Selain itu, menurut siswa yang berinisial M dapat diketahui bahwa ia sering menjadi bahan *bullying* oleh kakak kelas dan sesama rekannya dikelas. M merasa tidak mengetahui alasan *bullying* yang terjadi kepada dirinya. Sebagai dampaknya, M merasa cemas dan takut, ia juga merasa kurang percaya diri dalam beraktivitas disekolah. Maka dari itu dibutuhkan pemberian materi-materi tentang tindakan *bullying* beserta dampaknya yang bertujuan agar para siswa dapat meningkatkan pengetahuan dan sikapnya sehingga dapat mengurangi tindakan perilaku *bullying*.

Metode

Penelitian ini menggunakan penelitian *Quasi Eksperimen* dengan desain *One group pre test – post test*. Penelitian ini menggunakan satu kelompok saja yang dinamakan kelompok eksperimen tanpa ada kelompok pembanding atau kelompok kontrol (Arikunto, 2006). Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *Total Sampling* dengan artian semua siswa yang ada di salah satu sekolah X di Surabaya sebanyak 47 siswa.



Gambar 1. Design Penelitian Variabel X – Variabel Y

- O1 : Pre Test
- X : Treatment (Psikoedukasi)
- O2 : Post Test

Sebelum dilakukan intervensi, peneliti terlebih dahulu memberikan *pre test* kepada para subyek berupa skala pengetahuan dan sikap perilaku *bullying*. Setelah diberikan skala *pre test* peneliti memberikan *treatment* berupa psikoedukasi tentang perilaku *bullying*. Setelah diberikan psikoedukasi, subyek diberikan *post test* yang bertujuan untuk mengetahui perubahan dan efektivitas psikoedukasi tersebut.

Hasil dan Pembahasan

Adapun hasil pre test – post test yang dilakukan pada proses intervensi adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Hasil Pre test – Post test

SUBYEK	PRE TEST	KATEGORI	POST TEST	KATEGORI
S1	63	Tidak Paham	79	Paham
S2	24	Sangat Tidak Paham	89	Paham
S3	51	Tidak Paham	102	Paham
S4	46	Tidak Paham	95	Paham
S5	59	Tidak Paham	80	Paham
S6	51	Tidak Paham	89	Paham
S7	56	Tidak Paham	89	Paham
S8	75	Paham	129	Sangat Paham
S9	49	Tidak Paham	86	Paham
S10	64	Tidak Paham	96	Paham
S11	62	Tidak Paham	86	Paham
S12	64	Tidak Paham	93	Paham
S13	66	Tidak Paham	108	Sangat Paham
S14	63	Tidak Paham	92	Paham
S15	57	Tidak Paham	116	Sangat Paham
S16	59	Tidak Paham	112	Sangat Paham
S17	61	Tidak Paham	73	Paham
S18	70	Paham	101	Paham
S19	55	Tidak Paham	104	Sangat Paham
S20	56	Tidak Paham	96	Paham
S21	59	Tidak Paham	102	Paham
S22	56	Tidak Paham	119	Sangat Paham

S23	66	Tidak Paham	86	Paham
S24	67	Tidak Paham	117	Sangat Paham
S25	47	Tidak Paham	77	Paham
S26	73	Paham	133	Sangat Paham
S27	65	Tidak Paham	85	Paham
S28	69	Paham	89	Paham
S29	67	Tidak Paham	127	Sangat Paham
S30	63	Tidak Paham	78	Paham
S31	45	Tidak Paham	88	Paham
S32	76	Paham	106	Sangat Paham
S33	68	Tidak Paham	68	Sangat Paham
S34	57	Tidak Paham	97	Paham
S35	58	Tidak Paham	58	Tidak Paham
S36	49	Tidak Paham	84	Paham
S37	71	Paham	114	Sangat Paham
S38	53	Tidak Paham	73	Paham
S39	76	Paham	116	Sangat Paham
S40	56	Tidak Paham	106	Sangat Paham
S41	65	Tidak Paham	115	Sangat Paham
S42	60	Tidak Paham	110	Sangat Paham
S43	57	Tidak Paham	97	Paham
S44	79	Paham	121	Sangat Paham
S45	64	Tidak Paham	124	Sangat Paham
S46	59	Tidak Paham	119	Sangat Paham
S47	64	Tidak Paham	134	Sangat Paham

Ket :

Skor	Kategori	
< 34	STP	Sangat Tidak Paham
35 > 69	TP	Tidak Paham
70 > 103	P	Paham
104 >	SP	Sangat Paham

Dari pelaksanaan intervensi yang dilakukan didapatkan hasil pengujian pre-test dan post-test skala *bullying* yang menggunakan uji analisis SPSS dengan menggunakan analisis paired sampel t-test menunjukkan adanya perubahan. Adapun perbedaan tersebut yaitu rata-rata pre test menunjukkan skor 60,43 dan skor rata-rata post test

yang menunjukkan skor 99,11 dengan tingkat signifikansinya adalah 0,000. Karena taraf signifikansi $< 0,01$ maka menunjukkan adanya perbedaan, dengan artian pengetahuan tentang perilaku *bullying* klien mengalami peningkatan setelah diberikan psikoedukasi.

Adapun setelah diberikannya materi tentang perilaku *bullying*, pemahaman para anggota komunitas tentang perilaku *bullying* menjadi bertambah, mereka juga mengerti dan memahami tentang jenis-jenis *bullying*, penyebab dan dampak perilaku *bullying*. Selain itu, para anggota komunitas juga mendapatkan wawasan tentang bagaimana menghadapi perilaku *bullying* dan bagaimana ketika menjadi korban *bullying*.

Dari data post test pada 47 anggota komunitas, dapat diketahui sebanyak 20 siswa atau 42,5 % siswa termasuk dalam kategori sangat paham. Kemudian sebanyak 26 siswa atau sekitar 55,5 % siswa termasuk dalam kategori paham dan sebanyak 1 siswa atau sekitar 2 % termasuk dalam kategori tidak paham.

Setelah mendapatkan psikoedukasi, para siswa memahami tentang perilaku *bullying* dan dampak dari perilaku *bullying* tersebut. Dalam menghadapi perilaku *bullying*, selain adanya kegiatan psikoedukasi juga diperlukan dukungan positif dari berbagai pihak terkait untuk mencegah dan mengurangi perilaku *bullying* khususnya di lingkungan sekolah. Dari hasil follow up yang dilakukan kepada para subyek, selain diberikan psikoedukasi juga dilakukan kegiatan penempelan poster tentang dampak perilaku *bullying* diberbagai sudut sekolah dengan tujuan dapat membawa pengaruh positif terhadap para siswa tentang bagaimana berperilaku yang baik, dan mengambil sikap yang tepat ketika dihadapkan dengan perilaku *bullying* serta agar para siswa lebih peduli terhadap sesama siswa sehingga dapat menurunkan intensitas perilaku *bullying*.

Simpulan

Kegiatan psikoedukasi dilakukan di aula sekolah X di Surabaya secara tatap muka dan dihadiri oleh anggota komunitas atau para subyek yang berjumlah kurang lebih 47 siswa sekolah X di Surabaya. Psikoedukasi ini diukur tingkat keberhasilannya dengan menggunakan skala pengetahuan perilaku *bullying* dan diuji dengan menggunakan analisis SPSS dengan uji *paired sampel t-test*. Dari hasil kegiatan psikoedukasi yang dilakukan menunjukkan adanya perubahan sebelum dan sesudah diberikannya psikoedukasi tentang perilaku *bullying*. Adapun perubahan tersebut yaitu terlihat dari rata-rata skor *pre test* yang menunjukkan skor 60,43 dan *post test* yang menunjukkan skor 99,11 dengan tingkat signifikansinya adalah 0,000. Karena taraf signifikansi $< 0,01$ maka menunjukkan adanya perbedaan, maka dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang perilaku *bullying* siswa mengalami peningkatan setelah diberikan psikoedukasi.

Referensi

- Adilla, N. 2009. Pengaruh Kontrol Sosial terhadap Perilaku Bullying Pelajar di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Kriminologi Indonesia*, 5 (1): 56-66.
- Ali, M. 2012. Psikologi Remaja. Jakarta. Bumi Aksara.
- Azwar, S. (2011). Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Dayakisni, T. Hudaniah. (2009). Psikologi sosial. Malang : UMM Press.

- Erford, T.B. 2015. 40 Teknik yang harus diketahui oleh konselor (Edisi kedua). Yogyakarta
Pustaka Pelajar.
- Geldard, K & Geldard, D. 2009. *Konseling Keluarga: Membangun Relasi untuk Saling Memandirikan Antar Anggota Keluarga*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.
- Geldard, K. 2009. *Konseling Remaja: Intervensi Praktis Bagi Remaja Beresiko*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan. Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (edisi kelima)*. Jakarta : Erlangga.
- Kemenag. Permendikbud No. 82 Tahun 2015. https://simpuh.kemenag.go.id/regulasi/permendikbud_82_15.pdf. Diakses 01 November 2021.
- Kumala, O.D, Sari, E.P & Widayaningsih, T.P. 2019. *Psikoedukasi untuk menurunkan perilaku bullying dan pembentukan kader anti-bullying di sd Y*. Prosiding seminar nasional. ISBN: 978-602-6215-79-6.
- Mappiare, A. (1983). *Psikologi remaja*. Surabaya : Usaha Nasional.
- Mehtalia, K. & Vankar, G.K. (2004). *Social Anxiety in Adolescents*. *Indian Journal of Psychiatry*. 46(3) 221-227.
- Shidiqi, M.F & Suprpti, V. 2013. *Pemaknaan Bullying Pada Remaja Penindas (The Bully)*. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*. Vol. 2, No.2.
- Sulisrudatin, N. 2015. *Kasus Bullying Dalam Kalangan Pelajar (Suatu Tinjauan Kriminologi)*. *Jurnal Ilmiah Hukum Dirgantara*. Vol.5, No.2.
- Supratiknya. (2008). *Model Pengembangan Program Psikoedukasi*. (S. E. P. Adji, Ed.). Yogyakarta: Penerbit Universitas Sanata Dharma.
- Visty, S.A. 2021. *Dampak Bullying Terhadap Perilaku Remaja Masa Kini The Impact Of Bullying On Youth Behavior Today*. *Jurnal Intervensi Sosial Dan Pembangunan*. Vol.2, No.1.