

## Peer Empowerment In Bullying Prevention In Schools

<sup>1</sup>Mariyati, <sup>2</sup>Arifianto, <sup>3</sup>Dwi Nur Aini, <sup>4</sup>Menik Kustriyani

<sup>1</sup>Prodi Keperawatan Universitas Widya Husada Semarang

e-mail: <sup>1</sup>[maryhamasah@gmail.com](mailto:maryhamasah@gmail.com)

### Abstract

*Teenagers face various problems at school and some of them are caused by their peers. One of the cases faced is bullying. Based on the results of a preliminary study conducted at SMA N 8 Semarang, there have been several cases of bullying among students. The school has made efforts through the BK teacher by recording cases and calling victims and perpetrators, but there have been no special efforts to overcome bullying at school. The purpose of this community service activity is to increase knowledge about bullying and its dangers, assertive communication to prevent bullying in schools. This community service activity consists of 4 activities, namely the first is socialization about bullying prevention, health education on the dangers of bullying, a bullying complaint system and continued with assertive training consisting of 5 sessions. Participants in this activity were 32 students who were divided into 3 groups. After the assertive communication training was carried out, there was a change in students' assertive attitudes from 37.5% to 87.5%. Assertive communication training is effective in improving students' assertive abilities as an effort to prevent bullying in schools. All parties, including schools, must increase their awareness of bullying incidents and provide assistance to students so that bullying rates can be reduced and assertiveness skills can be improved.*

*Keywords: assertiveness; bullying; training, school*

### Abstrak

Remaja menghadapi berbagai permasalahan di sekolah dan diantaranya disebabkan oleh teman sebayanya. Salah satu kasus yang dihadapi adalah tindakan bullying. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di SMA X di Kota Semarang, adalah beberapa kali terjadi kasus bullying diantara para siswa. Pihak sekolah sudah melakukan upaya melalui guru BK dengan pendataan kasus serta pemanggilan terhadap korban dan pelaku, namun belum adanya upaya khusus untuk mengatasi bullying di sekolah. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan tentang bullying dan bahayanya, komunikasi asertif untuk mencegah kejadian bullying di sekolah. Kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri dari 4 kegiatan yaitu yang pertama adalah sosialisasi tentang pencegahan bullying, pendidikan kesehatan bahaya bullying, sistem pengaduan bullying dan dilanjutkan dengan pelatihan asertif yang terdiri dari 5 sesi. Peserta dalam kegiatan ini adalah 32 siswa yang dibagi dalam 3 kelompok. Setelah dilakukan pelatihan komunikasi asertif terjadi perubahan sikap asertif siswa dari 37,5% menjadi 87,5%. Latihan komunikasi asertif efektif dalam meningkatkan kemampuan asertif siswa sebagai salah satu upaya untuk mencegah kejadian bullying di sekolah. Semua pihak baik sekolah meningkatkan kepedulian terhadap kejadian bullying serta memberikan pendampingan kepada siswa sehingga angka bullying dapat ditekan dan kemampuan asertif ditingkatkan.

Kata Kunci : asertif; bullying; pelatihan; sekolah

## Pendahuluan

Remaja menghadapi berbagai permasalahan di sekolah dan diantaranya disebabkan oleh teman sebayanya. Salah satu kasus yang dihadapi adalah tindakan bullying. Penelitian menunjukkan sekitar 15- 20% masalah remaja dipengaruhi oleh tindakan bullying di sekolah (Ayas & Piskin, 2011). Dalam studi lain menemukan bahwa 30,2% siswa melakukan bullying, sementara 35,1% menjadi korban bullying. Bullying dilakukan secara langsung dan tidak langsung seperti perilaku intimidasi seperti pengucilan dan penyerangan (Piskin, 2010). Hal ini dikarenakan korban bullying memiliki perbedaan karakteristik dengan siswa yang lainnya (Gokkaya, 2017). Perilaku bullying biasanya memiliki tingkat sosial ekonomi yang tinggi, sedangkan korban bullying cenderung memiliki tingkat sosial ekonomi yang rendah. Berdasarkan jenis kelamin korban bullying sebagian besar adalah perempuan (Piskin, 2010).

Salah satu penyebab bullying terjadi di sekolah adalah orang tua yang terlalu memanjakan anaknya atau memberi keleluasan kepada anak dan sementara orang tua tidak terlibat didalamnya, sehingga dampaknya anak cenderung kurang mengontrol dirinya sendiri, anak sering melanggar norma serta kurang memiliki etika yang dapat membentuk perilaku dan karakter diri yang kurang stabil. Peran orang tua dan pendidik di sekolah sama pentingnya dalam menghadapi tindakan bullying, orang tua dan guru harus bekerjasama untuk membantu baik bagi para korban maupun pelaku bullying untuk menciptakan lingkungan yang positif antar siswa satu dengan yang lain di sekolah (Ifa, Nurjanah, Suryaningsih, 2017).

Hasil survei yang dilakukan oleh Latitude News pada 40 negara tahun 2017, bahwa ditemukan fakta terdapat negara-negara dengan kasus bullying tertinggi di seluruh Dunia. Indonesia masuk di urutan kedua setelah Jepang, ketiga Kanada dan keempat Amerika Serikat. Data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) pada tahun 2017 merilis bahwa Indonesia pada saat ini mengalami bullying pada anak maupun remaja dan meningkat 100% dari tahun sebelumnya (KPAI, 2017). Survei yang dilakukan Kemensos RI, tahun 2017 di usia anak 12-17 tahun, setidaknya 84% diantaranya telah atau mengalami kasus bullying. Data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia, pada tahun 2017 total ada 3.580 kejadian dan 14% di antaranya adalah cyberbullying (Deni Setiawan, 2017). Jawa Tengah, dari bulan Januari hingga tanggal 15 Juli 2017 sudah mencapai 976 pengaduan kasus bullying. Hendrar Prihadi berkata bahwa data dari Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Kota Semarang, 84% siswa SD-SMA pernah menjadi korban bullying di sekolah (Yandip, 2017).

Menurut Menteri Sosial tahun 2017 di Indonesia ditemukan kasus bullying pada anak berusia 12-17 tahun sebanyak 84%. Kebanyakan kasus bullying yang ditemukan adalah cyber bullying. Terdapat kasus bullying di Semarang yang terjadi di SMA 5 Semarang, dampaknya 3 siswa menjadi korban, 3 siswa korban bullying tersebut menjadi lebih pendiam. Bentuk bullying yang didapatkan korban dalam bentuk verbal (Angling, 2018). Didapatkan data tentang Kejadian Bullying pada remaja di SMA X Semarang, remaja yang mengalami kejadian bullying sebanyak 106 siswa (74.6 %) dan siswa yang tidak mengalami kejadian bullying sebanyak 36 siswa (25.4 %). Dampak bullying yang dialami oleh korban adalah cemas, trauma, dan harga diri rendah. Program pencegahan dan penanganan bullying di sekolah belum optimal dikarenakan guru bimbingan konseling memanggil siswa apabila ada laporan maupun adanya keinginan

korban yang konsultasi. Kenyatannya, banyak korban bullying memilih diam dikarenakan kurangnya penanganan dan dirasa tidak berguna apabila melaporkan kepada guru. Tujuan PkM ini adalah untuk pemberdayaan teman sebaya dalam pencegahan dan penanganan bullying.

### Metode

#### 1. Mitra

Mitra kegiatan PkM ini adalah siswa SMA X Kota Semarang sebanyak 32 siswa baik yang pernah menjadi korban bullying.

#### 2. Waktu dan Tempat Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan PkM selama 2 hari pada 14-15 Agustus 2022 terdiri dari hari pertama sosialisasi program dan pendidikan kesehatan tentang bullying, dampak bullying dan pencegahannya. Kedua, pelatihan pencegahan dan penanganan bullying melalui komunikasi asertif.

#### 3. Tahapan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Gerakan anti bullying yang dilaksanakan dalam kegiatan PkM ini adalah Pendidikan Kesehatan tentang bullying, dampak bullying dan pencegahannya, pelatihan pencegahan dan penanganan bullying melalui komunikasi asertif.

### Hasil dan Pembahasan

Tabel 1  
Karakteristik Peserta Kegiatan Pelatihan Pencegahan dan Penanganan *Bullying*  
di SMA X Kota Semarang (n= 32)

| No                                                           | Karakteristik                        | Jumlah | Persentase |
|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------|--------|------------|
| <b>1. Jenis Kelamin</b>                                      |                                      |        |            |
|                                                              | Laki- Laki                           | 8      | 25%        |
|                                                              | Perempuan                            | 24     | 75%        |
| <b>2. Jenis <i>Bullying</i> (bisa memilih lebih dari 1)</b>  |                                      |        |            |
|                                                              | Fisik (dipukul, ditendang, didorong) | 12     | 37,5%      |
|                                                              | Verbal (diejek, dibicarakan)         | 26     | 81,3%      |
|                                                              | Psikologis (diintimidasi, diancam)   | 10     | 31,3%      |
|                                                              | Sosial (dijauhi)                     | 10     | 31,3%      |
|                                                              | <i>Cyberbullying</i>                 | 12     | 37,5%      |
| <b>3. Dampak <i>bullying</i> (bisa memilih lebih dari 1)</b> |                                      |        |            |
|                                                              | Cemas                                | 24     | 75%        |
|                                                              | Trauma                               | 9      | 28,1%      |
|                                                              | Harga diri rendah                    | 19     | 59,4%      |

Berdasarkan table 1 menunjukkan korban *bullying* di SMA X Kota Semarang mayoritas perempuan 24 orang (75%) dengan jenis *bullying* tertinggi adalah verbal 26 orang (81,3%) dan dampak yang dirasakan adalah cemas sebanyak 24 orang (75%).



Gambar 1. Pengisian kuesioner      Gambar 2. Pendidikan Kesehatan *Bullying* dan Dampaknya

*Bullying* adalah fenomena yang sering terjadi di lingkungan sekolah, hampir sebagian besar siswa pernah mengalami *bullying* yaitu sebesar 96% siswa mengalami *bullying*. Kondisi ini membuktikan bahwa *bullying* sering terjadi diantara para siswa selama berada di lingkungan sekolah. Selama rentang tahun 2011-2017 Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menerima aduan sebanyak 26 ribu kasus bully. KPAI menyatakan bahwa tidak mudah memutuskan mata rantai kasus bully pada anak-anak, sebab korban dilain waktu bisa menjadi pelaku dan demikian pula sebaliknya, dimana pelaku bisa menjadi korban di kesempatan yang berbeda (KPAI, 2017). Kondisi yang sama dari Kemensos (2017) menunjukkan bahwa 84% anak usia 12-17 tahun mengalami *bullying*.

Banyak faktor yang mempengaruhi kejadian *bullying* pada anak sekolah antara lain faktor individu, keluarga, teman sebaya, faktor sekolah dan faktor media. Faktor media memiliki kontribusi yang paling besar terhadap kejadian *bullying*. Contoh perilaku kekerasan mudah didapatkan dari informasi media baik tayangan di televisi maupun melalui media sosial (Purnama Sari & Sufriani, 2017). Aini, K dan Apriana (2016) juga menyimpulkan bahwa 100% remaja menggunakan media sosial dengan frekuensi penggunaan yang tinggi. Kondisi ini semakin mendukung kejadian *bullying* yang disebabkan karena media sosial.

*Bullying* di SMA X Kota Semarang berdampak pada kecemasan, trauma dan harga diri rendah. Akibat dari *bullying* yang terjadi di lingkungan sekolah, tidak bisa dipandang sebelah mata dan membutuhkan upaya pencegahan dan penanganan kasus yang terjadi. *Bullying* bisa menyebabkan masalah yang serius pada siswa, antara lain harga diri rendah, meningkatkan kecemasan pada siswa, depresi, bahkan risiko bunuh diri. Penelitian yang dilakukan oleh Marchira, Wahab dan Marela (2016) bahwa verbal *bullying* dapat menyebabkan depresi pada remaja di Kota Yogyakarta. Remaja yang mendapatkan *bullying* berisiko 1,5 kali lebih besar dibandingkan yang tidak mendapat *bullying* dan sebagian besar verbal *bullying* sering terjadi pada remaja perempuan. Sebagian besar mengalami verbal *bullying* 26 orang (81,3%) pada siswa perempuan sedangkan pada anak laki-laki sering mengalami kekerasan fisik, seperti dipukul, ditendang atau didorong.

Tabel 2  
Pengetahuan dan Perilaku Asertif Siswa Korban *Bullying*  
di SMA X Kota Semarang

| No | Karakteristik                                                    | Jumlah | Persentase |
|----|------------------------------------------------------------------|--------|------------|
| 1. | <b>Pengetahuan <i>bullying</i> (nilai rata- rata)</b>            |        |            |
|    | Pre                                                              | 60     |            |
|    | Post                                                             | 90     |            |
| 2. | <b>Perilaku Asertif (skor rata- rata, skor max= 172, min= 0)</b> |        |            |
|    | Pre                                                              | 82     |            |
|    | Post                                                             | 120    |            |

Berdasarkan tabel 2 tampak bahwa pengetahuan siswa korban bullying meningkat yang sebelum PkM nilai rata- rata 60 meningkat menjadi 90. Perilaku asertif sebelum PkM meningkat dari 82 menjadi 120. Hal ini menunjukkan bahwa PkM yang dilaksanakan selama 2 hari dengan metode pendekatan dukungan teman sebaya meningkatkan pengetahuan dan perilaku asertif sebagai bentuk pencegahan dan penanganan *bullying* di sekolah.



Gambar 3. Pelatihan Perilaku Asertif

Pelatihan komunikasi asertif dilakukan melalui 5 tahap. Pertama, membangun kesadaran diri agar siswa mampu mengenal sesama, berbagi pengalaman, mengungkapkan perasaan melalui berbagai pengalaman, menyadari kelebihan dan kelemahannya dan dapat mengungkapkan pada orang lain, serta dapat menerima dirinya apa adanya. Kedua, membangun hubungan sosial dengan sesama siswa menyebutkan orang-orang yang terdekat dalam hidupnya, membina hubungan sosial dengan baik memiliki orang berarti dalam hidup seperti sahabat. Ketiga, pemecahan masalah dengan orang lain, penyebab masalah, mencari solusi dari masalah yang dihadapi dan berbagi pengalaman dalam memecahkan masalah. Keempat, metode resolusi konflik yaitu mampu memahami teknik resolusi konflik, mendemonstrasikan teknik resolusi konflik dalam kelompok, membedakan antara reaksi pasif, agresi dan asertif terhadap konflik yang dihadapi serta membedakan untung ruginya dari reaksi atau sikap yang dipilih. Kelima, perilaku asertif,

mengembangkan kemampuan asertif, antara lain: melakukan kontak mata, berdiri tegak dan jujur, menggunakan bahasa tubuh yang tepat: menatap lawan bicara, kepala dalam posisi tegak, berdiri atau duduk dekat lawan bicara, menggunakan gerakan yang tidak mengancam orang lain, menggunakan ekspresi wajah yang sesuai dengan kata-kata, menggunakan nada dan volume suara yang tepat, memilih waktu yang tepat untuk berbagi perasaan dengan orang lain, bersikap jujur dan bertanggungjawab dan memahami dan menghormati orang lain.

Setelah PkM terdapat peningkatan perilaku asertif siswa di SMA Negeri X Kota Semarang, dinilai dengan melihat siswa mampu mempraktekkan komunikasi dengan cara kontak mata dengan lawan bicara, sikap tenang dan rileks, tidak menggunakan kata-kata yang mengancam, menggunakan ekspresi wajah yang tepat ketika bicara, menggunakan volume suara yang jelas dan tepat serta mampu membuat lawan bicara menjadi nyaman. Hasil ini didukung oleh studi sebelumnya rata-rata skor perilaku bullying mengalami penurunan sesudah latihan ketrampilan asertif (Abou El yazied et al., 2024). Ketrampilan asertif juga meningkatkan rasa kesadaran atau tingkat asertif dan mengurangi keadaan menjadi korban bullying. Tetapi tidak menunjukkan pengaruh terhadap pelaku bullying (Avşar & Ayaz Alkaya, 2017). Terapi asertif berfokus pada pemberdayaan korban perundungan untuk berkomunikasi secara efektif dan meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka. Dengan menerapkan teknik-teknik ini, korban perundungan dapat memperoleh alat yang mereka butuhkan untuk mengatasi dampak psikologis perundungan dan menjalani kehidupan yang lebih positif dan produktif (Mirnasab et al., 2015).

## Simpulan

PkM pemberdayaan teman sebaya untuk mencegah dan menangani korban *bullying* dilaksanakan selama 2 hari melalui metode kegiatan pendidikan kesehatan tentang *bullying* dan dampaknya, pelatihan komunikasi asertif dan demonstrasi perilaku asertif. Hasil PkM menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan perilaku asertif korban *bullying*. Perilaku asertif meningkatkan kesejahteraan psikologis dan mengurangi dampak psikologis yang dialami korban *bullying* seperti cemas, trauma dan harga diri rendah.

## Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih dan apresiasi kami berikan kepada berbagai pihak baik pemberi bantuan moril maupun materiil atas pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat di SMA X Semarang

## DAFTAR PUSTAKA

- Abou El yazied, L. S., Hassan, R. M., & Badran, F. M. (2024). Developing bullying prevention guidelines for nurse interns' and its effects on their assertiveness. *BMC Nursing*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12912-024-02128-z>
- Arofa I.Z, Hudaniah, Zulfiana (2018). Pengaruh Perilaku *Bullying* terhadap Empati Ditinjau dari Tipe Sekolah. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* eISSN:2540-8291 Vol. 06, No. 01 Januari 2018 <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/art icle/viewFile/5435/pdf>
- Auli Rahmi & Fithria (2016). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku *Bullying*. *Idea Nursing Journal* ISSN : 2087-2879 Vol. VII No. 3 Tahun 2016.

[www.jurnal.unsyiah.ac.id/INJ/article/download/6440/5277](http://www.jurnal.unsyiah.ac.id/INJ/article/download/6440/5277)

Avşar, F., & Ayaz Alkaya, S. (2017). The effectiveness of assertiveness training for school-aged children on bullying and assertiveness level. *Journal of Pediatric Nursing*, 36, 186–190. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2017.06.020>

Ayas T, Piskin M. Investigation of *bullying* among high school students with regard to sex, grade level and school type. *Elementary Education Online*. 2011; 10(2): 550–568

Gokkaya, F. Peer *Bullying* in School: A Cognitive Behavioral Intervention Program. World Largest Science, Technology, Medicine Open Access Book Publisher. <http://dx.doi.org/10.5772/66701>. 2017.

Ifa, dkk. 2017. Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan *Bullying*. Jurnal Penelitian PPM-Volume 4.Nomor 2. Bandung: Universitas Padjadjaran.

Mirnasab, M., Salimy, H., & Zangiabadi, M. (2015). The Effect of Assertiveness Skills Training on Reduction of Emotional Victimization of Female High School Students. *International Journal of Life Sciences*, 9. <https://doi.org/10.3126/ijls.v9i4.12679>

Mulachela ZH (2017). Perilaku *Bullying* pada Remaja Ditinjau dari Self Esteem dan Jenis Kelamin. Universitas Negeri Surakarta. <http://eprints.ums.ac.id/50120/2/Naskah%20Publikasi.pdf>

Marchira CR, Wahab A, Marela G (2017). *Bullying* Verbal Menyebabkan Depresi Remaja SMA Kota Yogyakarta. Journal of Community Medicine and Public Health. <https://media.neliti.com/media/publications/196184-ID-verbal-bullying-caused-depression-inhig.pdf>.

Piskin M. Examination of peer *bullying* among primary and middle school children in Ankara. *Ankara Education and Science*. 2010; 35: 175–189.

Purnama Sari & Sufriani (2017). Faktor yang Mempengaruhi *Bullying* pada Anak Usia Sekolah Dasar Syah Kuala Banda Aceh. *Idea Nursing Journal*. ISSN : 2087-2879, eISSN:2580-2445 Vol. VIII No. 3 2017.[www.jurnal.unsyiah.ac.id](http://www.jurnal.unsyiah.ac.id).

Setyawan, D. 2017. KPAI Nilai Sekolah Berperan Penting Untuk Hentikan *Bullying*. Diakses tanggal 14 Februari 2018. [www.kpai.go.id](http://www.kpai.go.id).

Veronika, Y. 2017. Kasus *Bullying* di Sekolah Meningkatkan Tajam di Jepang. Diakses tanggal 14 Februari 2018. <https://internasional.kompas.com>.

Zakiah E.Z, Humaedi S, Santoso M.B (2017). Faktor yang Mempengaruhi Remaja dalam Melakukan *Bullying*. Jurnal Penelitian dan PPM ISSN :2442-448X Vol. 4 No. 2 Hal: 129-389 Juli 2017. <http://jurnal.unpad.ac.id/prosiding/article/viewFile/14352/6931>