

## PELATIHAN REMAJA “PEDULI” SEBAGAI UPAYA PREVENTIF TERJADINYA PERILAKU BULLYING PADA REMAJA

**Amherstia Pasca Rina<sup>1\*</sup>, Rahma Kusumandari<sup>1</sup>, Ricky A. Martin<sup>1</sup>, M. Fais Imron<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

email: \*pascarina@untag-sby.ac.id

**Abstract:** The large number of bullying cases involving teenagers both as perpetrators and victims shows that intervention is needed to prevent the increasing number of cases. The education process for adolescents will be effective if it is carried out by their peers. Therefore, a module is needed to provide education for adolescents so that they can act as counselors for their peers in order to prevent bullying from occurring. The purpose of the community service activities carried out is to implement the Remaja “PEDULI” (Peka, Dukung, Lindungi) program to increase participants' knowledge of bullying and the skills needed as peer counselors. This training was conducted online for 2 meetings and post training assignments. The Remaja “PEDULI” module was developed using the ADDIE approach which consist of analysis, design, develop, implement, and evaluate. The impact of the module implementation was tested using a quasi-experimental method used a single group with a pretest and posttest design. Result of data analysis showed that there was differences between mean test scores of participants before and after the training with value of  $t = -2.921$  and value of  $p = 0.005$  ( $p < 0.01$ ). It can be concluded that the Remaja “PEDULI” program is effective in increasing adolescents' knowledge about bullying and skills required as peer counselors.

**Keywords:** adolescents; bullying; online training

**Abstrak:** Banyaknya kasus bullying yang banyak melibatkan remaja baik sebagai pelaku maupun korban menunjukkan bahwa dibutuhkan intervensi untuk mencegah meningkatnya jumlah kasus tersebut. Proses edukasi bagi remaja akan efektif apabila dilakukan oleh sebayanya, oleh karena itu diperlukan modul untuk memberikan edukasi berupa pelatihan kepada remaja agar dapat berperan sebagai konselor bagi sebayanya agar dapat mencegah terjadinya *bullying*. Tujuan dari kegiatan pengabdian yang dilakukan adalah untuk mengimplementasikan program remaja “PEDULI” (Peka, Dukung, Lindungi) untuk meningkatkan pengetahuan peserta tentang bullying dan ketrampilan yang dibutuhkan sebagai konselor sebaya. Program pelatihan ini dilakukan secara daring selama 2 kali pertemuan dan penugasan pasca pelatihan. Modul pelatihan remaja PEDULI ini disusun menggunakan pendekatan ADDIE, yang terdiri dari 5 tahap, yaitu: analisis, desain, develop, implement, dan evaluate. Media yang digunakan dalam pelatihan ini adalah presentasi, video, dan komik. Dampak dari implementasi modul diuji menggunakan metode eksperimen quasi dengan desain *single group with pretest and posttest design*. Hasil uji beda skor tes pengetahuan pada peserta sebelum dan sesudah pelatihan menghasilkan nilai  $t = -2,921$  dengan nilai  $p = 0,005$  ( $p < 0,01$ ). Dapat disimpulkan bahwa program remaja “PEDULI” efektif untuk meningkatkan pengetahuan remaja rentang bullying dan ketrampilan yang diperlukan sebagai konselor sebaya.

**Kata kunci:** bullying; pelatihan daring; remaja

## PENDAHULUAN

Catatan dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menunjukkan bahwa dalam 9 tahun terakhir (2011 – 2019) terdapat sejumlah 37.381 aduan kekerasan terhadap anak, termasuk didalamnya adalah bullying di sekolah ataupun di sosial media (KPAI, 2020). Data tersebut juga menunjukkan tren yang terus meningkat angkanya dari waktu ke waktu. Beberapa penelitian survey juga mendapatkan data jumlah kejadian bullying yang terus meningkat. (Aryuni, 2017) survey kepada 739 siswa SMA di Yogyakarta. Sejumlah 13,53% dari siswa tersebut melaporkan bahwa dirinya pernah mengalami bullying, dan 53,58% menyebutkan bahwa mereka pernah menyaksikan perilaku bullying di sekolah. (Borualogo & Gumilang, 2019) menunjukkan bahwa sebagian besar kota/kabupaten di Jawa Barat terdapat kasus bullying. Lebih jauh lagi, penelitian tersebut menunjukkan bahwa anak laki-laki lebih sering mengalami peristiwa bullying baik secara fisik maupun verbal apabila dibandingkan dengan anak perempuan.

Bullying merupakan perilaku negatif yang sengaja dilakukan untuk menyakiti orang lain yang memiliki power lebih lemah, dan dilakukan secara berulang-ulang (Olweus, 2005). Perilaku negatif yang dimaksudkan dapat berupa secara fisik, verbal, maupun non verbal. Berdasarkan definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa perilaku bullying mengandung unsur: 1) ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korban, 2) bertujuan untuk menyakiti (segaja), dan 3) dilakukan secara berulang. Karena perilaku ini dilakukan berulang-ulang, tentu saja perilaku tersebut dapat menimbulkan dampak-dampak baik secara fisik maupun

psikologis. (Arya, 2018) menyebutkan bahwa perilaku bullying ini dapat terjadi karena beberapa faktor, antara lain: faktor individu itu sendiri, faktor sosial, faktor sekolah, faktor keluarga, dan faktor ekonomi.

Maraknya kasus bullying yang terjadi di kalangan remaja ini menegaskan bahwa diperlukan upaya yang konsisten untuk mengatasi kasus tersebut, terlebih lagi bullying ini dapat memberikan dampak fisik maupun psikologis bagi remaja yang terlibat di dalamnya. Perilaku bullying di kalangan siswa telah lama menjadi faktor yang mengganggu dalam dunia pendidikan dan berlanjut pada tingkat yang mengancam, yang mempengaruhi keselamatan emosional dan fisik siswa. Dampak psikologis yang diakibatkan dari perilaku bullying dapat berupa munculnya rasa cemas yang berlebihan, merasa ketakutan, depresi hingga memiliki keinginan bunuh diri serta munculnya gangguan stress pasca trauma. Akibat dari kondisi tersebut dapat menyebabkan anak menarik diri dari pergaulan, tidak mau pergi ke sekolah, atau menangis sepanjang hari.

Kesadaran akan perlunya penanganan pada kasus-kasus bullying telah menggugah para praktisi dan peneliti untuk merumuskan intervensi pada kasus bullying tersebut baik intervensi secara sistim untuk sekolah, untuk korban, maupun upaya pencegahan kepada siswa pada umumnya. Beberapa program intervensi yang sudah ada adalah program “Sekolah CARE” bagi fasilitator sebaya (Aryuni, 2017). Program tersebut diberikan kepada siswa SMA untuk menjadi fasilitator dalam memimpin diskusi dengan tema bullying. Bentuk intervensi yang lain adalah bullybuster program (Newman-Carlson & Horne, 2004), sebuah psikoedukasi yang

diberikan kepada guru untuk mencegah bullying di kalangan sekolah menengah. (Arya, 2018) menggagas kurikulum antibullying di sekolah dengan memberikan keyakinan kepada siswa tentang dampak perilaku bullying, pemahaman akan perilaku bullying, bagaimana menerima kelebihan individu, menghargai perbedaan, dan pentingnya empati. (Sulistyaningsari, 2017) menggagas program “remaja kuat” untuk meningkatkan harga diri pada korban bullying. Muatan materi pada program “remaja kuat” ini antara lain: pemahaman tentang ketrampilan sosial dan bullying, pemahaman tentang diri sendiri, dan aplikasi ketrampilan sosial dalam membangun interaksi sosial yang positif.

Intervensi bullying untuk remaja perlu mempertimbangkan untuk melibatkan teman sebaya sebagai agen untuk pencegahan bullying. Hal ini penting untuk dilakukan mengingat karakteristik remaja yang lebih banyak membangun kedekatan dengan teman sebayanya (Sari, 2017; Shohib, Firmanto, Kusuma, & Martasari, 2016). Hubungan sebaya memiliki peranan yang sangat kuat bagi remaja untuk membentuk suatu hubungan yang saling percaya, sehingga pelatihan konselor sebaya dapat menjadi pilihan yang tepat dalam upaya membentengi remaja dari perilaku negatif lingkungan (Sarmin, 2017). Berdasarkan pendapat tersebut, penulis merancang program remaja “peduli”, sebuah pelatihan konselor sebaya bagi remaja untuk mencegah terjadinya perilaku bullying. Kata peduli dalam judul program ini merupakan singkatan dari peka, dukung, lindungi. Sebagaimana tujuan dari program ini adalah membentuk remaja untuk lebih memahami tentang perilaku bullying serta dampaknya dan memahami ketrampilan yang diperlukan sebagai

seorang konselor sebaya yang dapat mengambil peran untuk mencegah bullying dikalangan sebayanya.

## **METODE**

Penyusunan modul remaja “PEDULI” ini mengacu pada pendekatan ADDIE (Carliner, 2015). Tahapan yang ditempuh dalam penyusunan modul ini adalah:

- 1) Analisis, tim melakukan kajian pada intervensi bullying yang sudah ada dan karakteristik remaja agar dapat menyesuaikan bahasa materi yang tepat,
- 2) Design, yaitu menentukan tujuan dan blueprint dari program remaja “peduli” yang akan disusun,
- 3) Develop, menyusun materi dan aktivitas yang akan disampaikan di setiap sesi serta melakukan uji coba dari modul yang sudah disusun,
- 4) Implement, mengimplementasikan modul ke sekelompok remaja, dan
- 5) Evaluate, melakukan evaluasi dari hasil implementasi modul yang telah dilaksanakan.

Implementasi dari modul yang telah disusun dilakukan dalam dua kali pertemuan secara online melalui media zoom, setelah itu peserta diberikan tugas mandiri dan akan didampingi melalui group whatsapp yang telah dibentuk. Peserta dalam program remaja “peduli” ini merupakan siswa SMP dan SMA di Jawa Timur. Proses penjangkaran peserta adalah dengan memberikan undangan ke beberapa sekolah SMP dan SMA yang ada di Jawa Timur dan dengan menyebarluaskan rencana kegiatan melalui poster di media sosial. Jumlah peserta yang mendaftar adalah 95 siswa, akan tetapi yang hadir saat implementasi program berjumlah 74 siswa.

Program disampaikan oleh dua orang fasilitator dan enam orang asisten fasilitator. Pengukuran dampak dari hasil program diukur menggunakan tes pengetahuan mengenai bullying dan ketrampilan yang diperlukan sebagai konselor sebaya. Tes ini disusun oleh penulis dengan aspek-aspek yang mengacu pada materi program.

## PEMBAHASAN

### Modul Remaja “PEDULI”

Muatan materi yang terkandung dalam modul remaja “peduli” yang disusun terdiri dari:

- 1) Pengertian dan karakteristik perilaku bullying,
- 2) Prinsip dasar sebagai konselor sebaya,
- 3) Komunikasi efektif, dan
- 4) Bagaimana menyikapi permasalahan sebaya dengan kreatif.

Media penyampaian materi dirancang menggunakan media yang menarik bagi remaja yaitu melalui video dengan karakter remaja, komik, dan powerpoint. Sedangkan metode yang digunakan selama program ada ceramah, diskusi, nonton video/film, studi kasus, dan roleplay.

### Hasil Implementasi Program Remaja “PEDULI”

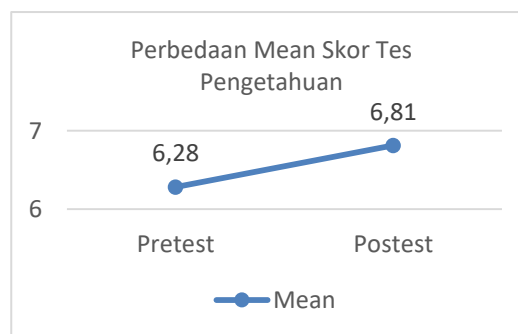
Peserta dari program Remaja “PEDULI” diikuti oleh 74 siswa SMP, SMA, dan SMK yang berasal dari 7 kota/kabupaten di Jawa Timur. Semua peserta mengikuti kegiatan secara aktif di setiap pertemuan dan mengerjakan setiap tugas yang diberikan. Hanya saja, jumlah peserta yang mengisi posttest hanya 49 orang sehingga analisis dampak dari program remaja yang diberikan hanya dapat dilakukan menggunakan data dari 49 pe-

serta. Data deskriptif dari peserta dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Data Deskriptif Peserta

Tingkatan Pendidikan	Jumlah	%
SMP	49	66%
SMA	17	23%
SMK	8	11%
Kota/Kabupaten Asal	Jumlah	%
Surabaya	43	58%
Sidoarjo	9	12%
Mojokerto	5	8%
Ngawi	1	1%
Probolinggo	1	1%
Tulungagung	1	1%
Trenggalek	14	19%

Hasil uji beda menggunakan *t-test* pada rata-rata skor tes pengetahuan sebelum dan sesudah program mendapatkan nilai  $t = -2,921$  dengan  $p = 0,005$  ( $p < 0,01$ ). Skor tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada skor tes pengetahuan peserta sebelum dan sesudah program. Dengan kata lain, dapat disimpulkan bahwa program remaja “peduli” efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta mengenai bullying dan ketrampilan yang diperlukan oleh konselor sebaya. Perbedaan rata-rata skor tes pengetahuan sebelum dan sesudah tes dari peserta dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Grafik nilai rata-rata tes

Materi program yang disajikan secara interaktif meskipun secara daring dapat mempertahankan minat dan perhatian peserta selama program. Selain materi yang sudah direncanakan, setiap kali peralihan di satu materi ke materi yang lain diberikan *ice breaking* yang dapat membangun suasana dan semangat belajar dari peserta. Selain itu, efektivitas dari program juga dapat dihasilkan dari metode penyampaian materi yang sesuai dengan karakteristik remaja, sehingga tidak dirasa membosankan ataupun menggurui.

Peserta program dibekali pengetahuan mengenai *bullying* yang meliputi pengertian *bullying*; karakteristik pelaku, korban, dan saksi; dampak-dampak dari perilaku *bullying*; serta upaya pencegahan yang dapat dilakukan. Dengan pengetahuan yang dimiliki, diharapkan peserta dapat memahami apakah sebuah perilaku negatif yang dilakukan oleh teman sebayanya termasuk ke dalam jenis *bullying* atau bukan. Dengan demikian, ia dapat lebih peka untuk memberikan dukungan kepada temannya yang menjadi korban ataupun saksi. Selain itu, dengan memahami dampak-dampak yang dapat ditimbulkan oleh *bullying*, sehingga ia dapat mengambil tindakan preventif dengan berbagi informasi mengenai dampak *bullying* yang telah dipahaminya. Hal ini sesuai dengan pendapat Aryuni (2017) bahwa teman sebaya akan menjadi media yang efektif untuk menyampaikan informasi kepada remaja, dan kondisi ini berguna untuk melakukan pencegahan pada perilaku *bullying*.

Peserta juga dibekali pengetahuan mengenai prinsip dasar dan ketrampilan yang diperlukan sebagai konselor sebaya. Prinsip-prinsip konseling sebaya yang disampaikan dalam program ini adalah: 1) menjaga rahasia teman, 2) lebih kepada berbagi dan menghindari pemberian

nasehat kepada sebaya, dan 3) menjadi pendengar yang baik. Kemudian peserta diberikan penjelasan mengenai ketrampilan dasar sebagai konselor sebaya seperti bagaimana membangun suasana konseling yang hangat, memberikan perhatian selama proses konseling, empati, dan melakukan eksplorasi. Peserta juga diberikan kesempatan untuk melakukan *roleplay* ketika melakukan konseling sebaya sehingga diharapkan pengetahuan yang didapatkan menjadi lebih bermakna setelah praktek yang dilakukan.

Setelah program selesai, peserta juga memberikan kesan dan evaluasi yang positif mengenai program remaja “peduli” yang diterima. Mereka menunjukkan komitmen untuk mau berbuat lebih demi mencegah terjadinya perilaku *bullying*. Peserta menunjukkan upaya untuk melakukan edukasi kepada teman sebayanya tentang *bullying* sebagai bagian dari penugasan pasca program dan mengirimkannya dalam bentuk video.

## SIMPULAN

Pengukuran dampak pada program remaja “PEDULI” kepada peserta menunjukkan bahwa program ini dapat meningkatkan pengetahuan peserta mengenai perilaku *bullying* dan ketrampilan yang diperlukan sebagai konselor sebaya. Para peserta juga menunjukkan bahwa mereka telah mampu melakukan edukasi dengan teman sebaya di lingkungannya mengenai *bullying* dan dampaknya. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa program remaja “PEDULI” ini dapat digunakan sebagai upaya preventif terjadinya perilaku *bullying* di kalangan remaja.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arya, L. (2018). *Melawan Bullying: Menggagas Kurikulum Anti Bullying di Sekolah*. Mojokerto: Sepilar.
- Aryuni, M. (2017). Strategi Pencegahan Bullying Melalui Program "Sekolah Care" bagi Fasilitator Sebaya. *Asian Journal of Environment, History and Heritage*, 1(September), 211–222.
- Borualogo, I. S., & Gumilang, E. (2019). Kasus Perundungan Anak di Jawa Barat: Temuan Awal Children's Worlds Survey di Indonesia. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(1), 15–30. <https://doi.org/10.15575/psy.v6i1.4439>
- Carliner, S. (2015). Flipping an Introductory, Graduate-Level Instructional Design Course: A Teaching Case. *Proceedings of EdMedia 2015--World Conference on Educational Media and Technology*, 1142–1147, ISBN 978-1-939797-16-2. Retrieved from <https://www.learntechlib.org/primary/p/151385/>
- KPAI. (2020). Sejumlah Kasus sudah Warnai Catatan Masalah Anak di awal 2020. Retrieved from <https://www.kpai.go.id/berita/sejumlah-kasus-bullying-sudah-warnai-catatan-masalah-anak-di-awal-2020-begini-kata-komisioner-kpai>
- Newman-Carlson, D., & Horne, A. M. (2004). Special section on school violence. *Journal of Counseling & Development*, 82, 259–267.
- Olweus, D. (2005). A useful evaluation design, and effects of the Olweus Bullying Prevention Program. *Psychology, Crime and Law*, 11(4), 389–402. <https://doi.org/10.1080/10683160500255471>
- Sari, N. P. (2017). Pengembangan modul pelatihan konseling teman sebaya untuk anggota pmr di smp negeri 1 banjarmasin. *Jurnal Ilmiah Dalam Implementasi Kurikulum Bimbingan Dan Konseling Berbasis Kkni*, 4–6.
- Sarmin. (2017). Konselor sebaya: Pemberdayaan teman sebaya dalam sekolah guna menanggulangi pengaruh negatif lingkungan. *Brilliant: Jurnal Riset Dan Konseptual*, 2(1), 102–112. Retrieved from <http://www.jurnal.unublitar.ac.id/%0Aindex.php/briliant>
- Shohib, M., Firmanto, A., Kusuma, W. A., & Martasari, G. I. (2016). Pendampingan kelompok konselor sebaya di Kota Batu. *Jurnal Dedikasi*, 13, 34–38, ISSN: 1693-3214.
- Sulistyaningsari, A. (2017). *Validasi modul program "remaja kuat" untuk meningkatkan harga diri pada korban bullying*. UGM.