

PENDAMPINGAN TERAPI KELOMPOK UNTUK MENURUNKAN KECENDERUNGAN PERILAKU BULLYING PADA SISWA SDN 1 KETINDAN KEC.LAWANG

Chantika Mahadini¹, Mayang Wulandari²
^{1,2}Institut Teknologi, Sains dan Kesehatan RS dr.Soepraoen

Korespondensi: chantika.mahadini@itsk-soepraoen.ac.id

ABSTRACT

Background : Bullying behavior is a crime committed by children, so this behavior is considered abnormal, because it will have a negative impact on the victim. **Purpose** : Community service activities in the form of group assistance aimed at reducing bullying behavior in students of SDN 1 Ketindan Lawang. **Methods** : The method offered for partner problems is activities in the form of counseling about bullying and group assistance to students who have a tendency to bullying behavior. The method of implementing community service is in the form of counseling and group mentoring methods consisting of 4 sessions. **Result** : The result of this community service activity is that partner groups can understand and identify bullying and partner groups can reduce bullying tendencies. **Conclusion** : Bullying tendencies can be prevented by providing an understanding and educational approach in the form of conditioning good behavior as early as possible for students.

Keyword: group therapy, bullying, elementary school, children

ABSTRAK

Latar Belakang : Perilaku bullying adalah kejahatan yang dilakukan oleh anak-anak, sehingga perilaku tersebut dianggap tidak normal, karena akan berdampak negatif kepada korban. Mitra pada pengabdian masyarakat ini adalah siswa SDN 1 Ketindan Lawang. **Tujuan** : Kegiatan pengabdian masyarakat yang berupa pendampingan kelompok yang bertujuan untuk menurunkan perilaku bullying pada siswa SDN 1 Ketindan Lawang. **Metode** : Solusi yang ditawarkan untuk permasalahan mitra yaitu kegiatan berupa penyuluhan tentang bullying dan pendampingan kelompok kepada siswa yang memiliki kecenderungan perilaku bullying. Metode pelaksanaan pengabdian adalah berupa metode penyuluhan dan pendampingan kelompok yang terdiri dari 4 sesi. Pendampingan kelompok dilakukan pada kelas 5 dan 6 sebanyak 35 siswa.

Kata kunci: terapi kelompok, bullying, anak sekolah dasar

PENDAHULUAN

Kejadian bullying menjadi salah satu masalah kesehatan, yaitu kesehatan jiwa/mental. *Bullying* pada umumnya terjadi pada anak-anak sampai remaja, angka

kejadian bullying di Indonesia cukup tinggi. *Bullying* banyak terjadi disekolah dan diluar sekolah, bahkan saat ini juga terjadi melalui internet yang disebut dengan cyberbullying. Kejadian bullying dapat terjadi selama masa sekolah, tetapi kejadian tertinggi umumnya terjadi ketika di awal sekolah (SD) dan dimasa Sekolah Menengah (SMP) yaitu sekitar umur 11-14 tahun (Selekman, 2004).

Mitra yang akan menjadi binaan PKM pengabdian adalah siswa kelas 5 dan 6 SDN 1 Ketindan Kecamatan Lawang, Kabupaten Malang berjumlah 60 siswa. Dari analisis situasi yang dilakukan oleh tim pengabdian didapatkan bahwa di lingkungan mitra banyak terdapat kurangnya kedisiplinan. Wawancara dan observasi yang dilakukan kepada beberapa guru menunjukkan hasil bahwa ada beberapa siswa yang mengalami bullying. *Bullying* yang terjadi bisa dalam bentuk verbal dan fisik. Kejadian bullying berhubungan dengan berbagai faktor, kejadian bullying disekolah biasanya berhubungan dengan variasi etnis dan tingkat sosial ekonomi siswa di sekolah tersebut (Vervoot dan Scholte, 2010). Selain itu, faktor lain yang mempengaruhi adalah faktor dari dalam atau faktor internal seperti kepribadian, pola asuh orang tua, pengaruh media masa dan internet yang menunjukkan kekerasan yang akan mempengaruhi perilaku bullying (Selekman, 2004). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan, permasalahan khusus yang dialami mitra adalah :

- 1) Kurangnya pemahaman mitra mengenai perilaku bullying dan ketidaktahuan mitra dalam mengidentifikasi perilaku bullying.
- 2) Munculnya perilaku bullying di lingkungan sekolah.

Berdasarkan uraian permasalahanyang dihadapi oleh kelompok mitra, tim pelaksana PKM telah berdiskusi dengan mitra guna mengkaji permasalahan mana saja yang bisa diselesaikan melalui program PKM. Selanjutnya tim PKM menyusun solusi dengan metode :

- 1) Sosialisasi tentang pemahaman mengenai apa saja yang termasuk tindakan bullying, dan cara mengatasi jika mengalami bullying.
- 2) Pendampingan kelompok kepada siswa yang memiliki perilaku kecenderungan bullying.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan selama 1 bulan dengan 4 sesi pertemuan. Langkah pertama yang dilakukan yaitu mengumpulkan seluruh siswa SDN Ketindan 1 Lawang kelas 5 dan 6 sebanyak 35 siswa, selanjutnya siswa akan diberikan pemaparan mengenai pengertian bullying, perilaku bullying, jenis bullying dan cara mengatasi *bullying*. Pada tahap ini siswa juga diberikan kuisisioner yang berisi tentang perilaku atau sikap tindakan *bullying* dengan tujuan untuk mengetahui siswa yang memiliki kecenderungan perilaku *bullying*. Siswa yang

memiliki hasil skala perilaku *bullying* tinggi akan diberikan intervensi terapi kelompok.

Alur Kerja Kegiatan PKM dibagi menjadi beberapa tahap :

1. Tahap Persiapan

- 1) Pada tahap persiapan ini dilakukan observasi dan wawancara pada guru, siswa dan warga sekolah.
- 2) Mengukur perilaku *bullying* pada siswa dengan menggunakan alat ukur/skala perilaku *bullying* yang berupa kuisioner yang harus diisi oleh siswa.

2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, sebanyak 10 siswa dari 35 siswa yang memiliki skala kecenderungan *bullying* sedang-tinggi, dikelompokkan dan dikumpulkan menjadi 1 ruangan, kemudian diberikan pendampingan berupa konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan behavioral dengan teknik pengkondisian aversi (Izzah, 2020). Partisipasi mitra dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini yaitu berupa sarana dan prasarana pelaksanaan penyuluhan, mitra menyediakan tempat untuk penyuluhan, peralatan untuk penyuluhan berupa LCD dan proyektor. Jasa tim pengabdian adalah satu orang konselor yang merupakan psikolog klinis, dan 3 tim pengabdian yang berprofesi sebagai tenaga kesehatan akupunktur. Tim pengabdian melaksanakan pendampingan siswa yang memiliki kecenderungan perilaku *bullying*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi mengenai pemahaman tentang *bullying* dinilai sukses, karena materi yang disampaikan direspon positif dan peserta juga menunjukkan sikap menyimak yang baik. Respon positif juga ditunjukkan melalui keaktifan peserta dalam diskusi dan tanya jawab terkait dengan materi yang disampaikan. Ada beberapa peserta didik yang menyadari bahwa telah menjadi perilaku *bullying*, dan ada juga yang bercerita bahwa pernah menjadi korban bully. Materi yang diberikan memberi pemahaman kepada kelompok mitra tentang *bullying* dan identifikasi *bullying*.

Kegiatan pendampingan kelompok pada kelompok mitra berupa penyuluhan tentang *bullying* dilakukan pada kelas 5 dan 6 yaitu berjumlah 35 siswa. Selanjutnya pendampingan dilakukan pada 1 kelompok, yang terdiri dari 10 siswa yang berdasarkan hasil pengukuran memiliki skala kecenderungan *bullying* sedang-tinggi. Terapi kelompok pada mitra menggunakan teknik konseling kelompok dengan pendekatan pengkondisian aversi. Teknik pengkondisian aversi adalah teknik yang bertujuan untuk menghilangkan kebiasaan buruk. Pengkondisian ini diharapkan terbentuk asosiasi antara tingkah laku yang tidak dikehendaki dengan

stimulus yang tidak menyenangkan (Namora, 2011). Tahapan pelaksanaan terapi kelompok adalah sebagai berikut :

1. Sesi I (Pembentukan)

Pada sesi I tim pengabdian membuat kesepakatan dengan kelompok, terkait dengan aturan-aturan, kode etik dan pola komunikasi yang menggunakan pendekatan anak-anak, oleh karena 10 peserta yang terlibat adalah dari kalangan anak yang berusia 9-12 tahun.

2. Sesi II (Peralihan)

Pada sesi II anggota kelompok diminta untuk bercerita dan mengungkapkan permasalahan yang dialaminya. Permasalahan yang dibahas adalah permasalahan kecenderungan perilaku yang tidak sesuai sehingga menimbulkan perilaku Bully. Dalam fase ini terlihat beberapa faktor yang menyebabkan siswa melakukan perilaku bully, diantaranya adalah faktor internal dari siswa tersebut misalnya siswa yang suka iseng, bergurau berlebihan, merasa senior, kurangnya kecakapan dalam berinteraksi sehingga timbul kesalahpahaman dengan teman sebaya sehingga menimbulkan perilaku bully. Selain itu, ada faktor eksternal yang mempengaruhi menimbulkan perilaku bully diantaranya teman sebaya yang sensitivitas, anak yang ditinggal orangtuanya berpisah (*broken home*) seperti anak yang melihat pertengkaran orangtua secara fisik dan lisan, sehingga siswa melampiaskan kemarahannya pada teman sebayanya. Dalam sesi peralihan juga ditemukan bahwa bentuk-bentuk bullying yang sering terjadi di SDN 1Ketindan Lawang adalah membuat amarah orang lain dengan berkata-kata, menyembunyikan barang teman, mempermalukan teman, dan mengasingkan teman.

3. Sesi III (Kegiatan)

Sesi III adalah kegiatan pendampingan kelompok dengan pendekatan pengkondisian aversi, metode ini lebih menekankan pada perubahan tingkah laku menjadi lebih baik. Tujuannya agar mitra bisa bertindak sesuai dengan harapan. Pada kegiatan ini, tim pengabdian meminta kelompok untuk bercerita tentang masalah (bullying) yang pernah dialaminya, dari cerita tersebut akan di respon oleh anggota kelompok lainnya, terkait dengan baik dan tidaknya perilaku, menyebutkan perilaku yang seharusnya dilakukan dan solusi apa yang harus dilakukan. Kegiatan ini bertujuan untuk menjalin rasa empati antar anggota kelompok, menyadari perilaku yang tidak seharusnya dilakukan dan menemukan solusi bersama dalam pemecahan masalah bullying.

4. Sesi IV (Penutup)

Pada sesi penutup, yaitu sesi terminasi konseling, pada sesi ini tim pengabdian menyampaikan bahwa kegiatan berakhir. Selain itu, tim pengabdian bersama anggota

kelompok membuat kesimpulan langkah-langkah penanggulangan bullying, peserta kelompok menyampaikan pesan dan kesan selama menjalankan dinamika konseling kelompok, tim pengabdian juga memotivasi anggota untuk mengimplementasikan hasil konseling dalam kehidupan sehari-hari.

5. Tahap Akhir/Evaluasi

Pada tahap akhir adalah tahap evaluasi, evaluasi dilaksanakan 2 minggu setelah konseling/pendampingan terapi kelompok diberikan. Tim pengabdian melakukan observasi dan wawancara kepada guru, siswa dan warga SDN 1 Ketindan Lawang serta meminta anggota kelompok untuk mengisi kuisioner terkait dengan kecenderungan perilaku bullying sebagai data *post test*.

Setelah dilakukan konseling sebanyak 4 sesi, maka didapatkan hasil bahwa kelompok memperoleh kematangan dalam merespon perilaku yang memicu tindakan bullying melalui upaya merubah tingkah laku buruk menjadi tingkah laku yang baik. Dari hasil wawancara yang dilakukan kepada kelompok didapatkan bahwa sebagai pelaku bullying mereka timbul rasa kasih sayang, toleransi dan empati, oleh karena mereka membayangkan jika hal tersebut terjadi pada diri mereka sendiri.

Tabel 1 Hasil Skala Perilaku *Bullying* Sebelum dan sesudah diberikan Pendampingan Terapi Kelompok

No	Pre Test	Kategori	Post Test	Kategori
1	18	Tinggi	8	Sedang
2	20	Tinggi	9	Sedang
3	17	Tinggi	5	Sedang
4	18	Tinggi	9	Sedang
5	16	Tinggi	7	Sedang
6	19	Tinggi	9	Sedang
7	15	Tinggi	4	Sedang
8	18	Tinggi	8	Sedang
9	19	Tinggi	9	Sedang
10	15	Tinggi	7	Rendah

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat bahwa siswa yang memiliki skala perilaku *bullying* kategori skala tinggi yaitu 10 siswa. Setelah dilakukan pendampingan terapi kelompok berupa Teknik pengkondisian aversi, yaitu teknik yang bertujuan untuk menghilangkan kebiasaan buruk sehingga membentuk perilaku siswa untuk mengurangi sikap dan perilaku kecenderungan *bullying*. Setelah dilaksanakan 4 sesi

pendampingan terapi kelompok, dilakukan pengukuran kembali dan didapatkan hasil pengukuran skala perilaku *bullying* bahwa 10 siswa pada kategori sedang.

SIMPULAN

Dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim pengabdian ke SDN 1 Ketindan Kecamatan Lawang, dapat disimpulkan bahwa perilaku kecenderungan *bullying* dapat dicegah dengan memberikan pemahaman dan pendekatan edukasi berupa pengkondisian perilaku yang baik sedini mungkin bagi siswa. Melalui kegiatan ini siswa mendapatkan pembekalan yang baik tentang dampak yang akan ditimbulkan akibat *bullying*.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih yang tidak terhingga kami ucapkan kepada Pihak SDN 01 Ketindan Kecamatan Lawang yang telah bersedia menjadi mitra PKM ITSK RS dr.Soepraoen yang telah memberikan kesempatan untuk mengabdikan kepada masyarakat dengan segala dukungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriana, Yusmansyah, Utaminingsih, Upaya Mengurangi Perilaku Bullying Di sekolah Dengan Menggunakan Layanan Konseling Kelompok. *Jurnal Konseling*.
- Deni Febriani. (2011). *Bimbingan Konseling*, Yogyakarta, Teras.
- Izzah, N. (2020). Penerapan Teknik Pengkondisian Aversi dalam Konseling Kelompok untuk Menurunkan Agresivitas Siswa SMP. *PD ABKIN JATIM Open Journal System*, 1(1), 41-46.
- M Jamal. (2016). *Fenomena Kekerasan Di Sekolah*, Yogyakarta, Pustaka Pelajar.
- Moh. Nazir. (2003). *Metode Penelitian*, Jakarta, Ghalia Indonesia.
- Namora Lumonga Lubis. (2011). *Memahami Dasar-Dasar Konseling*, Jakarta, Kencana.
- Nova Ardy Wiyani, *School Bullying*, Yogyakarta, Ar-Ruzz Media.
- Ponny Retno. (2008). Astuti, *Meredam Bullying*, Jakarta, Grasindo.
- Prayitno dan Amti. (2014). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta, Rineka Cipta.
- Selekman, J., & Vessey, J. A. (2004). Bullying: It isn't what it used to be. *Pediatric Nursing*, 30(3), 246.
- Sugiyono.(2013). *Memahami Penelitian Kualitatif*, Bandung, Alfabeta.