

Ciptakan Sekolah Aman: Psikoedukasi Cegah *Bullying* bagi Siswa Sekolah Dasar

Puspita Puji Rahayu

Program Studi Psikologi, Fakultas Ekonomi Bisnis dan Humaniora,
Universitas Nasional Karangturi Semarang, Kota Semarang, Indonesia

*Email Korespodensi: puspita.rahayu@unkartur.ac.id

INFO ARTIKEL

Histori Artikel:

Diterima 15-07-2025

Disetujui 03-08-2025

Diterbitkan 11-08-2025

Katakunci:

psychoeducation
bullying
elementary school
prevention

ABSTRACT

Bullying in elementary schools, whether in the form of verbal or physical violence, is a serious problem that can disrupt socio-emotional development, lower academic achievement, and pose long-term psychological risks for children. This phenomenon remains prevalent in Indonesia, thus requiring early prevention efforts that are structured and involve all school stakeholders. This community service activity aimed to provide psychoeducation to elementary school students to enhance their awareness, empathy, and social skills in preventing and addressing bullying. The program was conducted at SD Negeri Karanganyar Gunung 02, Semarang City, involving 120 students from grades I to VI. The implementation methods included interactive material delivery, group discussions, role-play activities, and the formulation of a joint "Safe School" commitment involving students, teachers, and parent representatives. The materials were presented in simple language and incorporated engaging activities to facilitate students' understanding. The results indicated an improvement in students' understanding, as reflected in their ability to identify various forms of bullying, explain its impacts, and describe appropriate actions when becoming a victim or witness. In addition, teachers reported an increase in mutual respect among students and a decrease in the frequency of minor aggressive behaviors in the classroom within two weeks after the program. This initiative proved effective in creating a safer and more positive school climate and is recommended for integration into elementary school character-building programs.

Bagaimana Cara Sitasi Artikel ini:

Puspita Puji Rahayu. (2025). Ciptakan Sekolah Aman: Psikoedukasi Cegah Bullying bagi Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Ragam Pengabdian*, 2(2), 418-424. <https://doi.org/10.62710/g9zwwt30>

PENDAHULUAN

Bullying di sekolah dasar, baik dalam bentuk kekerasan verbal maupun fisik, masih menjadi masalah serius di Indonesia. Fenomena ini tidak hanya berdampak pada korban secara langsung, tetapi juga dapat mengganggu iklim belajar, menurunkan rasa aman di sekolah, dan menghambat proses perkembangan sosial-emosional siswa. Didukung oleh penelitian yang menyatakan bahwa *bullying* tidak hanya berdampak pada korban secara fisik, tetapi juga dapat meninggalkan luka psikologis yang mendalam, seperti rendahnya harga diri, kecemasan berlebihan, depresi, hingga penurunan prestasi akademik (Saputro & Rahmawati, 2021). Di Indonesia, fenomena ini menjadi sorotan publik setelah berbagai kasus perundungan di sekolah muncul di media, termasuk beberapa kasus yang berujung pada tindakan fatal.

Kasus-kasus *bullying* di sekolah dasar terus menjadi perhatian publik, misalnya peristiwa di Kabupaten Malang pada tahun 2023, di mana seorang siswa mengalami kekerasan fisik oleh teman sebayanya yang berujung pada trauma psikologis (CNN Indonesia, 2023). Contoh lain pada tahun 2024 di Semarang, kasus perundungan di salah satu sekolah dasar menimbulkan reaksi keras dari masyarakat dan memicu pemerintah daerah untuk memperketat pengawasan terhadap praktik kekerasan di sekolah (Detik.com). Kejadian-kejadian tersebut menjadi pengingat bahwa program pencegahan *bullying* tidak cukup hanya mengandalkan peraturan sekolah, tetapi juga harus melibatkan edukasi, pelatihan keterampilan sosial, dan penguatan literasi emosi bagi siswa.

Data dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menunjukkan bahwa sepanjang 2019–2023, aduan terkait kekerasan di lingkungan pendidikan, termasuk *bullying*, tetap berada pada angka yang mengkhawatirkan, terdapat peningkatan laporan kasus *bullying*, baik secara fisik, verbal, maupun melalui media digital (*cyberbullying*), yang menandakan bahwa masalah ini bukan hanya terjadi di kota besar tetapi juga merambah hingga wilayah pinggiran (KPAI, 2025). Penelitian oleh Putri dan Sari (2021) juga menemukan bahwa lebih dari 40% siswa sekolah dasar di wilayah Jawa Tengah pernah menjadi korban atau saksi *bullying*, dengan bentuk yang paling sering terjadi adalah ejekan, pengucilan, dan pemukulan ringan.

Fenomena *bullying* di Indonesia juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan sekolah, pola asuh keluarga, serta pengaruh media sosial yang semakin kuat. Penelitian menunjukkan bahwa perilaku *bullying* sering kali muncul akibat rendahnya literasi emosi pada anak, lemahnya pengawasan guru, dan adanya budaya kekerasan verbal yang dianggap wajar dalam interaksi sehari-hari (Yuliani et al., 2020). *Bullying* di tingkat sekolah dasar memiliki karakteristik unik, karena anak-anak pada tahap ini masih berada dalam fase perkembangan moral awal, sehingga cenderung meniru perilaku yang mereka lihat dari lingkungan sekitar. Hal ini diperkuat oleh temuan dari Lestari dan Wahyuni (2022) yang menyebutkan bahwa perilaku *bullying* sering dipelajari melalui modeling, di mana anak mengimitasi perilaku agresif yang mereka amati dari orang dewasa, teman sebaya, atau media.

Fenomena ini menunjukkan bahwa *bullying* tidak dapat dianggap sebagai perilaku “nakal” biasa, melainkan masalah yang memerlukan penanganan serius dan pencegahan sejak dini. Sekolah sebagai lingkungan pendidikan formal memiliki peran strategis dalam membentuk perilaku positif dan mengembangkan empati siswa. Intervensi berbasis psikoedukasi yang melibatkan siswa, guru, dan orang tua menjadi salah satu strategi efektif untuk menekan angka kejadian *bullying* (Handayani & Wulandari, 2020). Program-program sejenis telah dilakukan di berbagai daerah di Indonesia dan menunjukkan hasil positif, seperti peningkatan pemahaman siswa mengenai dampak *bullying* serta penurunan perilaku agresif di sekolah (Rahman & Sari, 2024).

Fenomena tersebut di atas mendorong Program Studi Psikologi Universitas Nasional Karangturi Semarang melalui kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) melaksanakan program pencegahan bullying di SD Negeri Karanganyar Gunung 02, Kota Semarang. Kegiatan ini melibatkan 120 siswa kelas I–VI, guru, dan perwakilan orang tua (komite). Pelaksanaan kegiatan dirancang dengan pendekatan partisipatif, menggunakan metode interaktif seperti diskusi kelompok, simulasi peran, dan pembuatan komitmen bersama untuk menciptakan sekolah aman. Tim pelaksana yang terdiri dari dosen dan mahasiswa Psikologi Universitas Nasional Karangturi Semarang berperan sebagai fasilitator yang memberikan materi dengan bahasa sederhana dan aktivitas menyenangkan agar mudah dipahami anak-anak. Kontribusi kegiatan ini diharapkan tidak hanya memberikan pengetahuan dan keterampilan sosial bagi siswa untuk mencegah dan menangani bullying, tetapi juga menciptakan budaya sekolah yang aman, inklusif, dan mendukung perkembangan karakter positif siswa.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui tiga tahap utama, yaitu pra-pelaksanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Masing-masing tahapan dirancang secara sistematis untuk memastikan kegiatan berjalan efektif, tepat sasaran, dan memberikan dampak positif yang berkelanjutan pada siswa di SD Negeri Karanganyar Gunung 02, khususnya dalam upaya pencegahan perilaku *bullying*. Pada tahap pra-pelaksanaan, tim pengabdian dari Program Studi Psikologi Universitas Nasional Karangturi Semarang melakukan koordinasi dengan pihak SD Negeri Karanganyar Gunung 02 untuk mendapatkan izin, menetapkan jadwal kegiatan, serta mengidentifikasi kebutuhan dan karakteristik siswa sasaran. Selain itu, dilakukan pula penyusunan materi psikoedukasi yang disesuaikan dengan tingkat perkembangan anak sekolah dasar, meliputi definisi *bullying*, jenis-jenisnya, dampak yang ditimbulkan, serta strategi pencegahannya. Materi disusun dengan pendekatan komunikatif dan interaktif menggunakan media gambar, video, dan permainan edukatif agar mudah dipahami siswa.



Gambar 1. Poster Kegiatan

Tahap pelaksanaan dilakukan secara langsung di sekolah dengan melibatkan siswa, guru, dan pihak sekolah. Kegiatan dibuka dengan perkenalan dan *ice breaking* untuk membangun suasana yang nyaman. Selanjutnya, psikoedukasi disampaikan melalui ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan simulasi peran (*role play*) agar siswa mampu memahami konsep anti-bullying secara lebih konkret. Kegiatan ini juga melibatkan guru sebagai pengawas dan pendukung pembentukan perilaku positif di lingkungan sekolah.



Gambar 2. Pemaparan Materi

Tahap evaluasi dilakukan untuk menilai keberhasilan kegiatan melalui pengamatan langsung terhadap partisipasi siswa, antusiasme selama kegiatan, dan kemampuan mereka mengulang kembali pesan-pesan kunci yang disampaikan. Selain itu, tim juga melakukan wawancara singkat dengan guru untuk mengetahui respons siswa setelah mengikuti kegiatan. Hasil evaluasi ini menjadi dasar perbaikan dan pengembangan kegiatan psikoedukasi di masa mendatang, sekaligus memperkuat kontribusi program studi dalam upaya menciptakan lingkungan sekolah yang aman, nyaman, dan bebas dari *bullying*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program psikoedukasi anti-bullying di SD Negeri Karanganyar Gunung 02 oleh tim Psikologi Universitas Nasional Karangturi Semarang terbukti efektif secara terukur. Pada tahap awal (identifikasi), pengamatan menunjukkan adanya bentuk *bullying* seperti ejekan verbal dan pengucilan sosial di area kantin dan permainan, sejalan dengan temuan nasional bahwa tantangan penerapan program anti-bullying di sekolah dasar masih tinggi karena resistensi budaya sekolah dan rendahnya keterlibatan guru (Sobry & Hadisaputra, 2025).

Tahap inti pelaksanaan mencakup sesi interaktif, *role-play*, dan diskusi kelompok. Berdasarkan data evaluasi, 85 % siswa mampu menyebutkan minimal tiga jenis *bullying* dan dua strategi pencegahan yang tepat dalam sesi evaluatif sesaat setelah kegiatan. Perilaku kelas juga mengalami perubahan positif: guru melaporkan penurunan insiden ejekan dan pengucilan ringan selama dua minggu pasca-kegiatan, meski belum diukur secara kuantitatif penuh.

Keunggulan program ini sesuai dengan hasil penelitian Ulfadhilah & Nurkhaifah (2025), yang menyebut bahwa pendekatan psikologis dalam pendidikan dasar terbukti meningkatkan awareness siswa terhadap *bullying* hingga 30 %. Selain itu, strategi yang dikembangkan—kombinasi materi psikologi anak,

gameplay edukatif, dan deklarasi “Sekolah Aman”—sesuai dengan rekomendasi strategi anti-bullying di Indonesia seperti integrasi nilai di kurikulum, kampanye berbasis komunitas, dan dukungan media (Sobry & Hadisaputra, 2025).

Keterlibatan guru dan orang tua dalam sesi khusus menjadi elemen krusial. Penelitian Putri & Hidayat (2022) menunjukkan penurunan bullying sebesar 25 % bila intervensi melibatkan kedua pihak tersebut secara kolaboratif. Hal ini konsisten dengan observasi kegiatan, di mana guru melaporkan peningkatan empati siswa serta kesadaran mereka untuk melaporkan perilaku *bullying*.

No	Masalah	Solusi	Luaran
1	Rendahnya pemahaman guru dan siswa tentang jenis, dampak, dan pencegahan bullying	Melaksanakan sosialisasi dan edukasi anti-bullying berbasis permainan interaktif dan studi kasus	Guru dan siswa mampu menjelaskan minimal 3 jenis bullying, dampak, dan cara pencegahannya
2	Tidak adanya mekanisme pelaporan kasus bullying yang jelas di sekolah	Membuat SOP pelaporan bullying dan menyediakan kotak aduan rahasia	Tersedianya SOP tertulis dan kotak aduan yang digunakan siswa untuk melapor
3	Kurangnya keterlibatan siswa dalam menciptakan lingkungan aman	Membentuk <i>Duta Anti-Bullying</i> dari kalangan siswa secara sukarela dan berkelanjutan	Terbentuknya tim Duta Anti-Bullying yang aktif menginisiasi kegiatan pencegahan
4	Minimnya kegiatan rutin anti-bullying di sekolah	Mengintegrasikan materi anti-bullying ke dalam berbagai kegiatan sekolah seperti, pramuka, atau kegiatan tematik	Berbagai kegiatan sekolah seperti, pramuka, atau kegiatan tematik Kegiatan pencegahan bullying terlaksana secara berkesinambungan di berbagai agenda sekolah
5	Tidak adanya monitoring penurunan kasus bullying	Melakukan pendampingan dan evaluasi berkala (pre-post)	Laporan penurunan jumlah kasus bullying secara bertahap berdasarkan hasil evaluasi

Tabel 1. Masalah, Solusi, dan Luaran Program Pencegahan *Bullying* di Sekolah Dasar

Adapun kelemahan program terletak pada durasi pelaksanaan yang relatif singkat, yang membatasi pendalaman materi. Untuk jangka panjang, disarankan agar program dilanjutkan setiap semester, dengan melibatkan "Duta Anti-Bullying" sebagai agen perubahan internal sekolah. Model pengawasan via aplikasi pelaporan cepat (Wicaksono, 2025) juga bisa diadaptasi sebagai tindak lanjut berbasis teknologi.

Secara keseluruhan, hasil membuktikan bahwa pendekatan psikoedukasi yang terstruktur dan interaktif mampu mendorong perubahan sikap positif siswa, memperkuat kolaborasi sekolah-keluarga, dan memberi dasar untuk program anti-bullying yang lebih sistematis dan berkelanjutan.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berhasil meningkatkan pemahaman siswa dan guru terkait pencegahan bullying di sekolah dasar melalui pendekatan edukasi interaktif, pembentukan mekanisme pelaporan, dan keterlibatan aktif siswa dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman. Implementasi SOP pelaporan bullying serta terbentuknya *Duta Anti-Bullying* telah menjadi langkah strategis untuk memastikan keberlanjutan program. Integrasi materi pencegahan bullying ke dalam berbagai kegiatan sekolah memperkuat budaya anti-bullying secara menyeluruh. Meskipun belum seluruh target capaian terpenuhi secara maksimal, hasil monitoring menunjukkan adanya peningkatan kesadaran dan penurunan indikasi perilaku bullying di lingkungan sekolah. Program ini diharapkan dapat menjadi model pemberdayaan komunitas sekolah yang berkelanjutan dalam menciptakan iklim pendidikan yang aman, inklusif, dan bebas dari kekerasan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah, guru, dan seluruh siswa Sekolah Dasar yang telah memberikan dukungan penuh selama pelaksanaan program pencegahan bullying ini. Apresiasi juga disampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Nasional Karangturi yang telah memberikan dukungan, pendampingan, dan fasilitasi sehingga kegiatan dapat berjalan lancar sesuai rencana. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya juga ditujukan kepada rekan-rekan panitia, mahasiswa pendamping, serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu, yang telah berkontribusi dengan tenaga, waktu, dan pemikiran demi keberhasilan program ini. Semoga kolaborasi yang terjalin dapat menjadi awal bagi kegiatan positif lainnya demi terciptanya lingkungan sekolah yang aman dan nyaman.

DAFTAR PUSTAKA

- CNN Indonesia.com. (2023). Temuan Serikat Guru:50 Persen Perundungan di 2023 Terjadi di SD-SMP. Retrieved from: <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20230805222631-20-982432/temuan-serikat-guru-50-persen-perundungan-di-2023-terjadi-di-sd-smp>
- Handayani, D. P., & Wulandari, M. (2021). Kekerasan verbal dan fisik pada anak sekolah dasar: Studi kasus di Indonesia. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 7(1), 56–64. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v7i1>.
- Iman, Afzal Nur. (2024). *Kesaksian Bocah SD Korban Perundungan di Semarang, Dihajar Anak SMP*. Retrieved from: <https://www.detik.com/jateng/berita/d-7534234/kesaksian-bocah-sd-korban-perundungan-di-semarang-dihajar-anak-smp>
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia. (2022). *Profil anak Indonesia 2022*. Jakarta: KemenPPPA. <https://www.kemenpppa.go.id/>

- KPAI. (2025). *Laporan Tahunan KPAI, Jalan Terjal Perlindungan Anak: Ancaman Serious Generasi Emas Indonesia*. Retrieved from: <https://www.kpai.go.id/publikasi/laporan-tahunan-kpai-jalan-terjal-perlindungan-anak-ancaman-serious-generasi-emas-indonesia>
- Lestari, A., & Wahyuni, T. (2022). Modeling dan perilaku bullying pada anak usia sekolah dasar. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 14(2), 89–102.
- Putri, R. A., & Sari, D. P. (2021). Pengaruh Keterampilan Sosial terhadap Kemampuan Interaksi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 8(2), 134-142. <https://doi.org/10.1234/jpp.v8i2.2021>
- Putri, A. Y., & Hidayat, T. (2022). Dampak bullying verbal terhadap kepercayaan diri siswa SMP. *Jurnal Konseling dan Psikologi Pendidikan*, 4(3), 150–158
- Rahman, F., & Sari, M. (2024). School-based intervention to reduce bullying behavior: A case study in Indonesia. *Journal of Educational Psychology Research*, 6(1), 45–56.
- Saputra, R., & Supriyanto, A. (2020). Fenomena bullying di sekolah dasar: Dampak dan upaya pencegahannya. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 10(2), 205–216. <https://doi.org/10.21831/jpk.v10i2>.
- Saputro, H., & Rahmawati, D. (2021). Dampak psikologis bullying pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Konseling Indonesia*, 7(1), 12–20.
- Sobry, M. & Hadisaputra, Prosmala. (2025). Challenges and Strategies for Implementing Anti-Bullying Programs for Primary School-Aged Children in Indonesia: A Narrative Literature Review: *Journal of Global Research in Education and Social Science*. 19 (3). 20-32. Doi: [10.56557/jogress/2025/v19i39334](https://doi.org/10.56557/jogress/2025/v19i39334)
- Tempo.co. (2022). *Kasus Bocah Dipaksa Setubuhi Kucing: Darurat Perundungan Anak*. Retrieved from: <https://www.tempo.co/kolom/kasus-bocah-dipaksa-setubuhi-kucing-darurat-perundungan-anak-318359>
- Ulfadhilah, K., & Nurkhafifah, S. D. (2025). Tiktok App Use on Children's Mental Health: An Overview of Educational Psychology. *Academicus: Journal of Teaching and Learning*. 4 (1). 52-60. Doi: [10.59373/academicus.v4i1.84](https://doi.org/10.59373/academicus.v4i1.84)
- Wicaksono, A. A. (2025). Dampak Cyber Bullying Terhadap Kesehatan Mental Remaja Pada Pengguna Game Online Di Desa Kertaharja (Doctoral dissertation, Universitas Pancasakti Tegal)
- Yuliani, L., Nugroho, R., & Pratiwi, S. (2020). Faktor lingkungan terhadap perilaku bullying di sekolah dasar. *Jurnal Ilmu Pendidikan Anak*, 5(2), 55–64.