

## TERAPI EMPATI SEBAGAI UPAYA MENURUNKAN TINDAKAN BULLYING PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SD N KARANGGAYAM

**Rahmah Widyaningrum<sup>1</sup>, Sinta<sup>2</sup>, Ragita Melin Ramadhini<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Program Studi S1 Keperawatan, STIKes Madani

[rahmah.widyaningrum@gmail.com](mailto:rahmah.widyaningrum@gmail.com)

### Abstrak

**Pendahuluan:** Pada era sekarang sekolah memiliki fungsi sebagai institusi formal yang mentransfer pengetahuan dan sebagai rumah kedua dalam menciptakan ekosistem baru untuk penumbuhan karakter dan kompetensi siswa. Lingkungan sosial yang baik menjadi penentu psikologis siswa yang mempengaruhi hasil belajar. Kasus bullying dari tahun ke tahun semakin meningkat dimana mencakup: ejekan, cemoohan, pengucilan, pemukulan, tendangan dan dorongan. Dampak bullying yang paling berat adalah dpresi hingga upaya bunuh diri. Lingkungan sekolah, keluarga dan teman sebaya merupakan faktor yang dapat mempengaruhi munculnya tindakan bullying di sekolah. Beberapa jenis program telah ditawarkan untuk menurunkan tindakan bullying. **Tujuan:** Meningkatkan pengetahuan siswa tentang tindakan bullying serta menanamkan nilai-nilai islam, sehingga siswa mampu berperilaku sesuai akhlaqul karimah. **Metode:** Pengabdian masyarakat dilaksanakan melalui pendekatan metode ceramah klasikal selama 45 menit dilanjutkan sesi diskusi. Pelaksanaan dilakukan pada tanggal 31 Mei 2022. Sasaran yang hadir sejumlah 39 siswa dan 2 guru kelas pendamping. Tindak lanjut berupa booklet dengan tema “Yuk Jauhi Bullying dan Sayangi Teman-mu” yang diserahkan ke perwakilan siswa dan pihak sekolah. **Hasil:** Data karakteristik sasaran menunjukkan mayoritas sasaran menduduki kelas 4 SD sejumlah 20 orang (51,28%) dengan prosentase siswa laki-laki lebih banyak berjumlah 22 siswa (56,41%). Karakteristik tindakan bullying yang pernah dilakukan siswa SD N Karanggayam berupa: bullying fisik tertinggi berupa memukul sebanyak 7 siswa (17,94%), bullying verbal terbanyak berupa menertawakan sebanyak 23 siswa (58,97%) dan bullying sosial berupa mengucilkan (tidak mengajak bermain) sebanyak 1 siswa (2,56%). **Simpulan:** Setelah dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat siswa meningkat pemahamannya terkait tindakan bullying.

**Kata Kunci:** Terapi Empati, Bullying, Anak Usia SD

## *EMPATHY THERAPY AS AN EFFORT TO REDUCE BULLYING ACTIONS IN SCHOOL AGE CHILDREN IN SD N KARANGGAYAM*

### *Abstract*

*Introduction: schools have a function as a formal institution that transfers knowledge and as a second home in creating a new ecosystem for the growth of students' character and competence. A good social environment is a psychological determinant of students that affects learning outcomes. Cases of bullying from year to year are increasing which include: ridicule, exclusion, beating, kicking and pushing. The most severe impact of bullying is depression to suicide attempts. The school environment, family and peers are factors that can influence the emergence of bullying in schools. Several types of programs have been offered to reduce bullying. Objective: To increase students' knowledge about bullying and to instill Islamic values to behave according to morality. Methods: the community service was carried out on 31 May 2022 through a classical lecture method approach for 45 minutes followed by a discussion session. The target audience was 39 students and 2 accompanying class teachers. The follow-up was in the form of a booklet with the theme "Let's Stay Away from Bullying and Love Your Friends" which was handed over to student representatives and the school. Results:*

*the majority of the targets were in the 4th grade of elementary school (20 people/51.28%) with the percentage of male students more than 22 students (56.41%). Characteristics of bullying actions that have been carried out by students of SD N Karanggayam in the form of: hitting (7 students/17.94%), laughing at (23 students/58.97%) and social bullying in the form of isolating or not inviting to play (1 student (2.56%). Conclusion: After the community service activities, students' understanding of bullying increased.*

*Keywords: Bullying, , Elementary School Children, Empathy Therapy*

## PENDAHULUAN

Menurut (Sari, 2017) bahwa kasus bullying dari tahun 2011 sampai tahun 2014 saja tercatat sebanyak 1.480 kasus. Bullying menjadi topik hangat yang dibicarakan ketika tersiar berita korban bullying memilih mengakhiri hidupnya dengan bunuh diri, karena depresi atau ketika korban bullying meninggal dunia. Hasil penelitian yang dikutip oleh (Auli, 2016) bahwa di Indonesia didapatkan 10-60% siswa melaporkan mendapat ejekan, cemoohan, pengucilan, pemukulan tendangan ataupun dorongan sedikitnya sekali dalam seminggu. Hasil penelitian (Kurnia dan Aeni, 2018) di wilayah Cirebon menunjukkan bahwa: 1) Sejumlah 28 indikator bentuk bullying fisik muncul, yakni semua perilaku bullying fisik pernah dilakukan oleh siswa SD terhadap siswa lainnya, dengan persentase tertinggi pada perilaku memukul dan mencubit (65,5%), sedangkan persentase terkecil pada perilaku mencekik (9,1%), 2) Pendidikan akhlaq menjadi salah satu langkah dalam mencegah tindakan bullying.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَسْخَرُوا قَوْمًا مِّن قَوْمٍ يَأْتِيهِمْ خَيْرٌ مِّنكُمْ وَلَا تَحْتَابُوا بِاللَّغَابِ  
يَكُن خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِاللِّغَابِ  
بِئْسَ الْإِسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَنْ لَّمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, janganlah sekumpulan orang laki-laki merendahkan kumpulan yang lain, boleh jadi yang ditertawakan itu lebih baik dari mereka. Dan jangan pula sekumpulan perempuan merendahkan kumpulan lainnya, boleh jadi yang direndahkan itu lebih baik. dan janganlah suka mencela dirimu sendiri dan jangan memanggil dengan gelaran yang mengandung ejekan. Seburuk-buruk panggilan (panggilan) yang buruk sesudah iman dan Barang siapa yang tidak bertobat, Maka mereka Itulah orang-orang yang zalim (QS: Al Hujurat Ayat 11).

Hasil penelitian (Auli, 2016) menunjukkan bahwa tipe kepribadian anak dapat mempengaruhi perilaku bullying. Data dari 62 siswa-siswi (65,9%) yang memiliki kepribadian kategori introvert terdapat 43 siswa-siswi (45,7%) memiliki perilaku bullying yang tinggi. Faktor lain

yang mempengaruhi perilaku bullying ada faktor sekolah, keluarga dan teman sebaya. Pada penelitian lain menunjukkan bahwa terapi empati efektif untuk menurunkan kecenderungan perilaku bullying. Terapi empati yang diberikan berupa: 1) tayangan tentang film kebaikan dalam mewujudkan nilai – nilai empati dengan tindakan nyata di kehidupan sehari - hari berupa memahami dan menghormati martabat orang lain; 2) saling menyampaikan hal – hal tentang nilai – nilai empati yang pernah dilakukan, seperti ucapan terimakasih, maaf, dan tolong; 3) memberikan tanggapan emosional dengan baik; 4) kemampuan untuk mengenali keberadaan orang lain (perasaan, motivasi dan niat) (Fatimatuzzahro et al., 2018). Penelitian lain menyebutkan bahwa tadarus Al-Qur'an dapat menjadi jalan alternatif dalam mengembangkan sikap saling menghargai sesama. Nilai rata-rata sikap saling menghargai sebelum dan sesudah perlakuan pembelajaran menggunakan metode tadarus al Quran mengalami peningkatan (Yanti, 2022).

Beberapa media digunakan sebagai alat pelaksanaan konseling anak, salah satunya adalah plastisin. Penggunaan plastisin saat konseling mampu mengelola emosi anak dengan cara mereduksi agresivitas (Fauziah, F N, 2021). Teknik lain adalah dengan teknik sosiodrama

selama delapan sesi pertemuan. Di akhir sesi setiap sosiodrama dilakukan refleksi terhadap perilaku-perilaku negatif yang sering muncul pada kehidupan sehari-hari mereka. Selain itu santri juga dilatih untuk melakukan zero tolerance terhadap hal-hal (perilaku yang mengarah ke bullying) dengan sikap yang tegas agar tidak mendapatkan perlakuan serupa di kemudian hari (Zamroni, 2021).

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui pendekatan beberapa metode, yakni: ceramah menggunakan PPT, pemutaran video, diskusi interaktif. Pendekatan multi media ini diharapkan mampu memberikan perubahan perilaku siswa dalam meninggalkan perilaku bullying dan saling mengingatkan untuk tidak melakukan perbuatan buruk tersebut. Target luaran dalam kegiatan ini adalah siswa mampu memahami bahwa tindakan bullying adalah perilaku yang tidak tepat, mampu saling menasehati untuk tidak melakukan tindakan tersebut, dan *aware* terhadap perilaku bullying yang dilakukan oleh temannya khususnya di lingkungan sekolah.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada siswa kelas 3 dan 4 di SDN Karanggayam, Sitimulyo, Piyungan, Bantul pada tanggal 31 Mei 2022. Tema

kegiatan adalah “Yuk Jauhi Bullying & Sayangi Teman-mu” diharapkan mampu meningkatkan kesadaran siswa akan pentingnya berperilaku baik kepada sesama temannya dan menjauhi bullying. Adapun rangkaian kegiatan dilaksanakan selama 6 bulan, yakni rentang Maret – Agustus 2022, diawali dengan pengkajian mitra, analisis kebutuhan mitra, pelaksanaan implementasi, dan evaluasi. Pengkajian mitra berupa wawancara terhadap guru dan beberapa siswa pada Maret 2022, pengabdian kemudian menyusun proposal, telaah *literature*, dan menentukan media edukasi. Edukasi dilaksanakan pada Mei 2022 dengan media PPT dan video dan selanjutnya Juli 2022 pengabdian menyusun booklet untuk kemudian disampaikan ke siswa dan guru kelas.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data hasil pengabdian masyarakat, maka dapat dijelaskan di dalam tabel berikut:

Tabel 1. Karakteristik Siswa Berdasarkan Kelas dan Jenis Kelamin Siswa SDN N Karanggayam (n=39)

No	Keterangan	Jumlah (siswa)	Prosentase (%)
1.	Tingkatan Kelas		
a.	Kelas 3	19	48,72
b.	Kelas 4	20	51,28
	Total	39	100
2.	Jenis Kelamin		
a.	Laki-laki	22	56,41
b.	Perempuan	17	43,59
	Total	39	100

Sumber: Primer (2022)

Berdasarkan tabel 1. Terkait karakteristik sasaran berdasarkan kelas dan jenis kelamin menunjukkan bahwa mayoritas sasaran menduduki kelas 4 SD sejumlah 20 orang (51,28%) dan prosentase siswa berjenis kelamin laki-laki lebih banyak dibandingkan perempuan dengan jumlah 22 siswa (56,41%).

Hasil penelitian (Wahid et al., 2019) menunjukkan siswa usia 10-12 tahun sebagian besar tidak mengalami perilaku bullying (68,1%). Hal ini menunjukkan bahwa hanya 31,9% siswa yang pernah mendapatkan atau melakukan perilaku bullying. Anak usia 10-12 tahun rerata berada di 4-5 SD, yang serupa dengan karakteristik partisipan dalam kegiatan pengabdian penulis.

Tabel 2. Karakteristik Jenis-jenis Tindakan Bullying Siswa SD N Karanggayam (n=39)

No	Keterangan	Jumlah			
		Ya		Tidak	
		org	%	org	%
1.	Bullying Fisik				
a.	Memukul	7	17,94	32	82,06
b.	Menendang	2	5,12	37	94,88
c.	Meminta paksa uang jajan	1	2,56	38	97,46
d.	Mencubit	6	15,38	33	84,62
2.	Bullying Verbal				
a.	Menertawakan	23	58,97	16	41,03
b.	Memanggil bukan dengan nama sebenarnya	13	33,33	26	66,67
c.	Menggoda hingga marah	3	7,69	36	92,31
d.	Berteriak kencang	2	5,12	37	94,88
3.	Bullying Sosial				
a.	Mengucilkan	1	2,56	38	97,46

(tidak mengajak bermain)				
b. Mengejek pekerjaan orang tuanya	0	0	39	100

Sumber: Primer (2022)

Berdasarkan tabel 2. karakteristik tindakan bullying yang pernah dilakukan siswa SD N Karanggayam berupa: bullying fisik tertinggi berupa memukul sebanyak 7 siswa (17,94%), bullying verbal terbanyak berupa menertawakan sebanyak 23 siswa (58,97%) dan bullying social berupa mengucilkan (tidak mengajak bermain) sebanyak 1 siswa (2,56%). Hal ini senada dengan penelitian (Setyowati, 2019) yang menunjukkan bahwa siswa sekolah dasar (SD) di kota Semarang sebanyak 59 siswa (64,8 %) perilaku bullying adalah bullying verbal dan paling sedikit bullying fisik sebanyak 11 siswa (12,1%). Terdapat hubungan antara pola asuh orang tua terhadap perilaku bullying. Pola asuh orang tua terbagi atas pola asuh otoriter, demokratis, permisif, dan pola asuh islam. Pada anak dengan pola asuh otoriter perilaku bullying terbanyak adalah verbal (50%), pada pola asuh demokratis perilaku bullying terbanyak adalah psikologis (51,5%), pada pola asuh permisif perilaku bullying terbanyak adalah verbal (76,9%), sedangkan pada pola asuh islam perilaku bullying terbanyak adalah verbal (100%). Penelitian lain menyebutkan bahwa ada

hubungan antara lingkungan keluarga dengan perilaku bulliyng (Amalia et al., 2021).

Penyebab munculnya perilaku bullying adalah pengaruh media melalui pesan dalam memandang bullying. Pengaruh teknologi seperti game, video game, film serta program televisi yang menampilkan perilaku bullying meskipun sekedar humor dan dapat diterima sehingga mempengaruhi cara pandang anak terhadap bullying (Samsudi and Muhid, 2020).

Hasil pretest menunjukkan rerata nilai 6,7 dan rerata nilai post test 8,3. Analisis butir soal yang mengalami kenaikan nilai pada poin: jenis-jenis bullying verbal dan sosial. Siswa beranggapan bahwa tindakan menertawakan, memanggil dengan nama lain, berteriak kencang dan mengejek pekerjaan orang tua adalah hal yang wajar, bukan mengarah ke tindakan bullying. Hal ini sesuai dengan penelitian yang menyebutkan bahwa perilaku bullying yang sering terjadi pada anak sekolah dasar yaitu berbentuk verbal, contohnya saling mengejek atau menghina temannya dan bahkan memanggil dengan sebutan nama orang tuanya (Pratiwi et al., 2021).

Adapun rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan

berupa: 1) pengkajian jenis-jenis bullying yang dilakukan siswa ke temannya pada siswa kelas 3 dan 4 sejumlah 39 orang; 2) analisis permasalahan siswa berdasarkan hasil pengkajian dan mencari 3 masalah prioritas sesuai prosentase; 3) menyusun strategi pemecahan masalah dan menyiapkan kelengkapan kegiatan (SAP, alat edukasi, dll); 4) melakukan edukasi interaktif meliputi: ceramah tentang bullying; 5) melakukan *roleplay* dan praktik cara asertif dalam berkomunikasi dan bersosialisasi dengan temannya didampingi oleh pengabdian dan guru kelas.

Berikut hasil pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan, berupa hasil dokumentasi kegiatan serta analisis beberapa data penunjang.



Gambar 1. Siswa sedang menyimak presentasi



Gambar 2. Edukasi “Yuk Jauhi Bullying & Sayangi Teman-mu”

Rangkaian pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar, siswa cukup antusias dalam mengikuti kegiatan. Guru wali kelas 3 & 4 juga ikut mendampingi pada saat kegiatan berlangsung, beserta sambutan hangat pada sesi awal dan akhir kegiatan oleh bapak kepala sekolah. Adapun kendala yang dihadapi adalah sebagai berikut: 1) kesulitan dalam mengkondisikan siswa-siswa kelas 3 & 4 dengan jumlah yang banyak (39 siswa) karena 2 kelas digabung; 2) dominasi jumlah siswa laki-laki sehingga menyulitkan pemateri saat edukasi.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Pendekatan pengabdian masyarakat yang digunakan berupa *community empowerment* yakni melakukan stimulus kepada subjek pelaksana yakni guru kelas beserta siswa kelas 3 dan 4 SD N Karanggayam melalui metode ceramah interaktif, *role play*, dan praktik masal

merupakan teknik yang cukup efektif. Target luaran dalam kegiatan ini adalah siswa-siswi SD N Karanggayam mampu menjaga kehidupan bersosialisasi dengan temannya dengan kalimat dan perlakuan yang baik sesuai akhlaqul kharimah yang disunnahkan rosululloh Muhammad sholallahu 'alaihi wassalam. Peran serta guru beserta orang tua sangat dibutuhkan dalam keberlanjutan perilaku siswa tersebut.

### Saran

Selanjutnya perlu diadakan suatu pelatihan/ edukasi yang lebih komprehensif terkait fenomena bullying yang secara tidak langsung tidak disadari terjadi oleh siswa. Hal lain yang diharapkan bisa diupayakan adalah adanya peningkatan pengetahuan guru dan siswa terkait pencegahan dan pengontrolan bullying dan akibat buruk yang mungkin timbul akibat perilaku bullying tersebut.

### DAFTAR RUJUKAN

Amalia, M., Oktaviyana, C., Rahmayanti, Y., 2021. Relationship of Child Characteristics and Family Environment with 8.

Auli, R., 2016. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Bullying 9.

Fatimatuzzahro, A., Nimah Suseno, M., Irwanto, B., 2018. Efektivitas Terapi Empati untuk Menurunkan Perilaku Bullying pada Anak Usia Sekolah Dasar.

JPETIK 3, 1.  
<https://doi.org/10.31980/jpetik.v3i2.145>

Fauziah, F N, 2021. Permainan Plasticine sebagai Media Konseling Anak Pelaku Bullying Usia 5-7 Tahun. *pedagogika* 106–119.  
<https://doi.org/10.37411/pedagogika.v12i1.661>

Kurnia, D., Aeni, A.N., 2018. Indikasi Bullying Fisik pada Siswa SD dan Implikasinya Terhadap Pendidikan Akhlak Menurut Tuntunan Agama. *msd* 5, 97.  
<https://doi.org/10.17509/mimbar-sd.v5i2.11641>

Pratiwi, E.F., Sa'aadah, S.S., Dewi, D.A., Furnamasari, Y.F., 2021. Implementasi Pendidikan Kewarganegaraan melalui Nilai Pancasila dalam Menangani Kasus Bullying. *basicedu* 5, 5472–5480.  
<https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i6.1648>

Samsudi, M.A., Muhid, A., 2020. EFEK BULLYING TERHADAP PROSES BELAJAR SISWA. *Scaffolding* 2, 122–133.  
<https://doi.org/10.37680/scaffolding.v2i02.466>

Sari, E.P., 2017. Faktor yang Mempengaruhi Bullying pada Anak Usia Sekolah di Sekolah Dasar Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh 10.

Setyowati, W.E., 2019. POLA ASUH ORANG TUA DAN PERILAKU BULLYING PADA SISWA SEKOLAH DASAR DI KOTA SEMARANG 5, 5.

Wakhid, A., Andriani, N.S., Saparwati, M., 2019. PERILAKU BULLYING SISWA USIA 10-12 TAHUN. *JKJ* 5, 25.  
<https://doi.org/10.26714/jkj.5.1.2017.25-28>

Yanti, I., 2022. Pengaruh Tadarus terhadap Sikap Menghargai Sesama Manusia: Penelitian Eksperimen pada Kasus Bullying Siswa SD kelas 2 SDIT Bhakti Pertiwi Baleendah Bandung 2, 23.

Zamroni, E., 2021. Pelatihan Perilaku Asertif Terhadap Bullying Melalui Sosiodrama Pada Santri Pondok Pesantren Nashrul Ummah Mejobo 3, 11.