

## Upaya Pencegahan Perilaku Bullying Pada Siswa SMA “XYZ” Melalui Kegiatan Psikoedukasi

Debora Vestalia<sup>1</sup>, Sukmawati<sup>2</sup>, Doddy Hendro Wibowo<sup>3</sup>

<sup>13</sup>Program Studi Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana

<sup>13</sup>Jl. Diponegoro 52-60, Salatiga 50711, Jawa Tengah

<sup>1</sup>802017049@student.uksw.edu

<sup>3</sup>doddy.wibowo@uksw.edu

<sup>2</sup>Bimbingan dan Konseling, SMA “XYZ”, Bengkulu

<sup>2</sup>sukmawatiBK@gmail.com

**Abstrak:** Permasalahan kekerasan dan *bullying* menjadi keluhan siswa yang terus berulang setiap tahun. Program layanan psikoedukasi ini diharapkan dapat membantu siswa dalam mencegah dan mengatasi terjadinya perilaku *bullying* di lingkungan sekolah. Kegiatan dilakukan bersamaan dengan mahasiswa praktek Pembelajaran Lapangan di SMA “XYZ” dengan jumlah peserta 51 siswa. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan menyusun Rencana Pemberian Layanan (RPL) bersama Guru BK. Kegiatan psikoedukasi diawali dari: memahami definisi dan jenis *bullying*; memahami dampak *bullying*; dan memahami cara mencegah *bullying*. Hasil psikoedukasi menunjukkan siswa memiliki peningkatan pemahaman tentang perilaku *bullying* dan memahami tentang bagaimana mencegah perilaku *bullying*. Saran yang diajukan berdasarkan evaluasi kegiatan yakni kegiatan psikoedukasi hendaknya dapat dilakukan dengan berbagai macam topik pengembangan diri secara rutin berbasis pada kebutuhan siswa.

**Kata kunci:** *Bullying*, Psikoedukasi, Siswa SMA.

**Abstract:** *The problems of violence and bullying become students complaint that keep recurring every year. This psychoeducation service program is expected to assist students in preventing and overcoming bullying in the school environment. The activity was carried out simultaneously with students of the Field Learning practice at XYZ High School with a total of 51 students. The implementation of activities begins with preparing a Service Delivery Plan (RPL). The discussion on the preparation of the RPL was conducted with the Guidance and Counselling Teacher. Psychoeducation activities begin with: understanding the definition and types of bullying; understand the impact of bullying; and understand how to prevent bullying. The results show that students have an increased understanding of bullying behavior and*

*understand how to prevent bullying behavior. Suggestions are put forward based on the evaluation of activities, that psychoeducation should be carried out with various kinds of self-development topics on a regular basis based on the needs of students.*

**Keywords:** *Bullying, Psychoeducation, High School Students.*

## I PENDAHULUAN

Permasalahan kekerasan dan *bullying* menjadi keluhan masyarakat yang terus berulang setiap tahun. Komisioner Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) Bidang Hak Sipil dan Partisipasi Anak menyatakan bahwa pada tahun 2020, keluhan masyarakat terhadap perilaku *bullying* yang dilakukan pelajar terus meningkat. Fenomena kekerasan, adalah fenomena saat anak yang terbiasa menyaksikan cara kekerasan sebagai penyelesaian masalah. Artinya mereka tidak pernah diajarkan cara menyelesaikan masalah dengan baik, bahkan memandang kekerasan sebagai cara penyelesaian. Pemicu masalah ini salah satunya disebabkan oleh kontrol sosial masyarakat yang berubah menjadi lebih agresif dan cepat serta banyaknya tontonan negatif melalui gawai yang sangat mudah ditiru oleh anak. Belum maksimalnya kondisi pencegahan terhadap tontonan negatif di gawai dan televisi menjadi pemicu. Guru dan orang tua yang memberikan peran saat perilaku *bullying* sudah terjadi menjadi tindakan yang

terlambat dan bukan merupakan perilaku pencegahan.

Kurangnya pencegahan perilaku *bullying* di sekolah juga terbukti dari fenomena dimana adanya sikap apatis lingkungan. Sikap apatis lingkungan terwujud dalam ketidakterediaan guru bimbingan konseling (BK) dan standar operasional prosedur (SOP) sekolah terkait dengan *bullying*. Kondisi inilah yang menyebabkan rantai *bullying* tetap ada dan terus terjadi (Rahayu & Permana, 2019). Di sisi lain, hasil penelitian menemukan ada 433 siswa (59,2%) pernah menjadi korban *bullying* ketika SD maupun SMP dan 25,2% mengakui sering serta sangat sering menjadi korban *bullying*. Bentuk-bentuk *bullying* yang dialami adalah 24,9 % *bullying* fisik, 86,4 % *bullying* verbal dan 25,6 % *bullying* sosial. Hasil penelitian juga menemukan bahwa sebagian besar korban memilih diam (56,8 %) ketika mendapat perlakuan tidak menyenangkan (Utami et al., 2020).

Penulis mencoba melihat fenomena *bullying* yang terjadi di lapangan. Hasilnya diperoleh berdasarkan angket Daftar Ceklis

Masalah (DCM) di SMA “XYZ” Bengkulu, menyatakan bahwa banyak siswa pernah diremehkan dan diejek dengan kata-kata kasar oleh temannya, dan fenomena yang terjadi beberapa waktu lalu yaitu siswa dikucilkan oleh tiga orang temannya. Secara khusus, hasil survey ditunjukkan di dalam tabel 1:

**Tabel 1**  
**Peringkat Permasalahan Yang Dialami Siswa**

| Peringkat | Permasalahan                     |
|-----------|----------------------------------|
| 1         | Berkata kasar kepada teman       |
| 2         | Diremehkan teman                 |
| 3         | Kesulitan mengatur waktu belajar |
| 4         | Kesulitan mengerjakan tugas      |
| 5         | Malas belajar                    |

Fenomena ini juga diperkuat dari wawancara dengan guru BK yaitu ada beberapa siswa yang melakukan *bullying* kepada siswa pindahan dari sekolah lain, sehingga siswa-siswa yang mem-*bully* harus menandatangani surat perjanjian untuk tidak melakukan *bully*, namun tetap saja aksi *bully* terulang kembali. Berdasarkan fenomena yang terjadi tersebut dapat disimpulkan bahwa masih ada kesulitan untuk mencegah terjadinya perilaku *bullying* di sekolah.

Olweus (dalam Anggraeni et al, 2016) mendefinisikan *bullying* dengan

menggunakan situasi di mana siswa yang ditindas atau menjadi korban *bully* memperoleh perlakuan negatif secara berulang dan terus menerus oleh satu atau beberapa siswa lain. Maksud dari perlakuan negatif adalah ketika seseorang sengaja untuk menimbulkan ketidaknyamanan atau luka kepada orang lain. *Bullying* sering dikaitkan dengan kemarahan, agresi, kekerasan, hiperaktifitas dan masalah eksternal yang nantinya dapat mengarah pada kriminalitas dan memiliki efek negatif baik dalam jangka pendek ataupun jangka Panjang (Anggraeni et al., 2016).

Ada beberapa faktor yang menyebabkan seseorang melakukan perilaku *bullying*. Faktor penyebab tersebut misalnya dari faktor keluarga dimana terjadi buruknya hubungan anak dengan orang tua. Remaja bisa jadi kehilangan perhatian di rumah sehingga dia mencari perhatian di sekolah dengan menunjukkan kekuasaannya terhadap seseorang yang dianggap lebih lemah dari pada dirinya. Faktor yang disebabkan dari perilaku kekerasan di rumah terhadap anak pun bisa menjadi salah satu alasan seseorang melakukan *bullying*. Faktor lain yang merupakan faktor utama seseorang menjadi *bully* adalah kelompok bermain remaja. Remaja yang memiliki relasi sosial kuat dengan teman sebayanya dan pemilihan teman sebaya yang kurang tepat atau memiliki kebiasaan buruk dapat

mengarahkan remaja pada perilaku *bullying*. Kelompok teman sebaya yang menyimpang, mencari pengakuan eksistensi diri dari menindas orang yang dirasa lebih lemah agar dia memiliki pengakuan dari lingkungannya bahwa ia memiliki keberanian dan kekuasaan adalah hal yang sering terjadi. Dan faktor lain misalnya, lingkungan komunitas. Keberadaan suatu kelompok minoritas, dapat memicu terjadinya *bullying* verbal berupa labelling pada suatu individu atau kelompok minoritas tertentu (Zakiyah et al., 2017)

*Bullying* memiliki beberapa bentuk misalnya: intimidasi, pemalakan, pemukulan, atau ucapan kotor dan melecehkan. Para pelaku pada umumnya melakukan *bullying* karena memiliki pengalaman menjadi korban pada masa lampau. Sehingga perilaku *bullying* dilakukan karena ingin melampiaskan balas dendam (Simbolon, 2012).

Upaya pencegahan perilaku *bullying* bisa dilakukan dengan mengkoordinasikan berbagai pihak. Dari sekolah misalnya: Guru perlu mencermati gejala perubahan perilaku siswa dan segera melakukan pendekatan, Guru juga dapat mengajarkan strategi awal ketika siswa akan di-*bully* oleh teman sebaya misalnya dengan menyembunyikan kemarahan atau kesedihannya karena apabila siswa tampak bereaksi maka pelaku *bully* akan senang atau menghindari berjalan sendirian (Sucipto, 2012). Pihak sekolah juga

dapat mengintensifkan berbagai kegiatan positif melalui kegiatan pengembangan bakat dan minat (ekstrakurikuler) untuk meningkatkan potensi diri yang dimilikinya. Sedangkan saran bagi orang tua dan keluarga yakni mengawasi dan memberi pelajaran moral pada anak berupa edukasi agar anak terhindar dari perilaku negatif yang akan berdampak buruk bagi dirinya maupun lingkungannya (Halimah et al., 2015)

Berdasarkan analisis situasi tersebut, supaya masalah *bullying* tidak menimbulkan masalah yang lebih serius, mengganggu proses belajar siswa dan pada akhirnya dapat memicu gangguan mental pada siswa misalnya stres atau penolakan bersekolah, maka penulis bermaksud untuk melakukan kegiatan psikoedukasi. Penulis berpendapat bahwa akan lebih baik jika siswa diberikan pemahaman mengenai faktor penyebab, dan bagaimana siswa memiliki peranan dan upaya untuk mencegah kejadian *bullying*.

## II RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan proses identifikasi masalah yang telah dilakukan, adapun rumusan masalah yang akan dibahas yaitu: mengurangi fenomena dan perilaku *bullying* pada siswa SMA “XYZ”.

Dengan adanya program layanan psikoedukasi ini, maka setelah selesai kegiatan siswa diharapkan: a) Memahami

tentang definisi, aspek dan jenis *Bullying*; b) Memahami tentang dampak perilaku *Bullying* kepada sesama siswa; c) Memahami cara mencegah perilaku *Bullying*.

Manfaat program layanan psikoedukasi ini diharapkan dapat membantu siswa dalam mencegah dan mengatasi terjadinya perilaku *bullying* di lingkungan sekolah maupun di lingkungan masyarakat.

### III METODE

#### Peserta

Kegiatan dilakukan bersamaan dengan mahasiswa praktek Pembelajaran Lapangan di SMA “XYZ” Bengkulu. Setelah mendapat izin dari pihak Kepala Sekolah, selanjutnya, dilakukan diskusi dengan guru BK untuk menentukan waktu pelaksanaan dan kelas yang akan diberikan layanan. Diskusi juga mencakup metode dalam pemberian layanan karena dilakukan di masa pandemi Covid-19 dan sekolah juga telah mengadakan pertemuan belajar tatap muka secara terbatas dengan protokol kesehatan ketat.

**Tabel 2**  
**Rencana Pelaksanaan Layanan (Rpl)**

|                     |                                  |
|---------------------|----------------------------------|
| Satuan Pendidikan   | SMA “XYZ”<br>Bengkulu            |
| Kelas               | X MIPA 1, 2 dan 3                |
| Topik Layanan       | <i>Bullying</i>                  |
| Kompetensi Dasar    | Upaya pencegahan <i>bullying</i> |
| Jumlah Peserta      | 51 siswa                         |
| Tanggal Pelaksanaan | 15, 19, dan 24 Maret 2021        |

|                                |                       |
|--------------------------------|-----------------------|
| Satuan Pendidikan              | SMA “XYZ”<br>Bengkulu |
| Waktu Pelaksanaan              | Pukul 09.00           |
| Data Demografi Peserta Layanan |                       |
| Jenis Kelamin                  |                       |
| Laki-Laki                      | 17                    |
| Perempuan                      | 34                    |
| Usia                           |                       |
| 15 Tahun                       | 35                    |
| 16 Tahun                       | 16                    |
| Kelas                          |                       |
| X MIPA 1                       | 16                    |
| X MIPA 2                       | 23                    |
| X MIPA 3                       | 12                    |

#### Prosedur Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan layanan diawali dengan menyusun Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL). Diskusi penyusunan RPL dilakukan bersama Guru BK. Kemudian kegiatan psikoedukasi dilakukan secara berurutan dengan alur: Pembukaan, Inti, dan Penutup.



**Gambar 1. Alur pelaksanaan kegiatan Psikoedukasi.**

Adapun rincian kegiatan adalah sebagai berikut:

1. Pembukaan
  - a. Kegiatan diawali dengan Sapaan pembuka dan doa pembukaan. Tujuan kegiatan pembukaan ini adalah menyiapkan dan mengakrabkan antar siswa partisipan kegiatan.

- b. Memberikan lembar *pre-test* pada siswa. Setelah doa pembukaan, fasilitator menyampaikan soal *pre-test*, dan siswa diminta mengisi lembar *pre-test* yang telah diberikan. Tujuan kegiatan ini adalah untuk mengetahui tingkat pemahaman awal siswa tentang perilaku *bullying*.
2. Inti
    - a. Memberikan materi tentang pengertian *bullying*, dampak perilaku *bullying*, dan cara mencegah perilaku *bullying*. Siswa mendengarkan materi layanan atau psikoedukasi yang diberikan
    - b. Setelah siswa mendengarkan pengarahannya tentang materi *bullying*, dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan diskusi. Sesi ini bertujuan untuk memberikan kesempatan untuk siswa bertanya, menyampaikan pengalaman, dan berbagi cara pencegahan tindak *bullying* yang pernah dialami siswa.
    - c. Setelah keseluruhan rangkaian materi, diskusi, dan tanya jawab dilakukan, maka dilanjutkan dengan memberikan lembar *post-test* pada siswa. Siswa diminta untuk mengisi lembar *post-test* yang telah diberikan. Lembar *post-test* bertujuan untuk mengetahui pemahaman siswa tentang perilaku *bullying* setelah dilakukan psikoedukasi.
    - d. Dan kegiatan ini diakhiri dengan memberikan lembar Penilaian Segera (LAISEG) pada siswa. Siswa mengisi lembar Penilaian Segera (LAISEG) untuk melihat seberapa efektif kegiatan psikoedukasi yang telah diberikan, saran, dan masukkan untuk kegiatan serupa di waktu yang akan datang.
3. Penutup
    - a. Sapaan Penutup, Ucapan Terimakasih, dan doa penutupan Tujuan kegiatan di bagian penutup adalah untuk mengakhiri kegiatan dan memberikan apresiasi kepada siswa yang telah berpartisipasi di dalam kegiatan.

Untuk mengukur tingkat pemahaman siswa terhadap perilaku *Bullying* pada saat sebelum dan setelah kegiatan Psikoedukasi, maka Trainer dan Guru BK menyusun beberapa pertanyaan dalam bentuk essay, misalnya: “Menurut Anda apakah pengertian dari *bullying*?”; “Apakah dampak dari terjadinya perilaku *bullying*?”; “Bagaimana cara Anda mencegah terjadinya *bullying*?”; dan “Jika Anda menjadi korban *bullying* apa yang akan Anda lakukan?”.

Dan untuk mengukur efektivitas kegiatan, dilakukan penilaian kualitatif dalam bentuk pertanyaan essay. Penilaian ini disebut Penilaian Segera (LAISEG). Adapun

beberapa pertanyaan di dalam LAISEG, misalnya: “*Topik apakah yang telah dibahas di dalam layanan tersebut?*”; *hal-hal atau pemahaman baru apakah yang anda peroleh dari layanan tersebut?*”; dan “*Bagaimanakah perasaan anda setelah mengikuti kegiatan tersebut?*”.

Hasil *pre-test*, *post-test* dan LAISEG ini akan diolah secara kualitatif oleh penulis, untuk melihat apakah terdapat perubahan tingkat pemahaman siswa antara sebelum dan sesudah psikoedukasi diberikan.

#### IV HASIL PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil dari 101 siswa yang mengisi angket Daftar Ceklist Masalah (DCM), ada 71 siswa yang pernah mengalami *bullying*. Dan berdasarkan observasi yang telah dilakukan banyak siswa yang menjadi korban *bullying* di kelas, dan bahkan ada beberapa siswa yang menjadi pelaku *bullying*. Hal ini juga dikuatkan dengan wawancara kepada guru BK, maka diperoleh secara jelas bahwa permasalahan yang terus terjadi dan berulang setiap tahun pada siswa SMA “XYZ” khususnya kelas X MIPA 1,2 dan 3 yaitu perilaku *bullying*. Dalam hal ini, kebutuhan untuk adanya intervensi non klinis berupa psikoedukasi menjadi hal yang tidak bisa ditunda lagi.

Hasil kajian literatur menunjukkan bahwa sekolah seharusnya mampu

menciptakan atmosfir yang menyenangkan, aman, nyaman dan mampu menjadi wadah untuk mengembangkan potensi yang dimiliki siswa. Adanya Tindakan *bullying* yang dilakukan dan dialami siswa menyebabkan situasi belajar di lingkungan sekolah menjadi tidak optimal.

**Tabel 3**

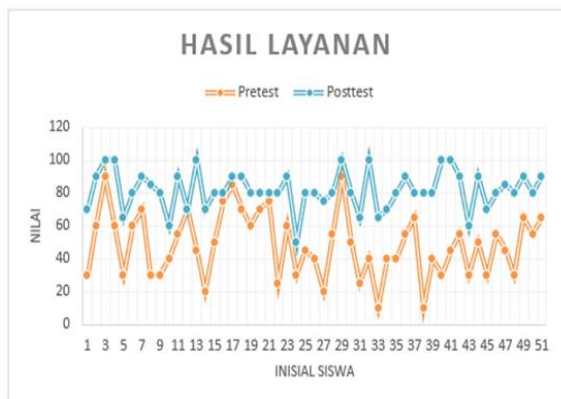
DATA DESKRIPTIF HASIL LAYANAN

|                |         | <i>Pretest</i> | <i>Posttest</i> |
|----------------|---------|----------------|-----------------|
| N              | Valid   | 51             | 51              |
|                | Missing | 0              | 0               |
| Mean           |         | 48.4314        | 81.7647         |
| Median         |         | 50.0000        | 80.0000         |
| Mode           |         | 30.00          | 80.00           |
| Std. Deviation |         | 19.50616       | 11.56821        |
| Minimum        |         | 10.00          | 50.00           |
| Maximum        |         | 90.00          | 100.00          |
| Sum            |         | 2470.00        | 4170.00         |

Berdasarkan data tersebut, dapat diketahui, bahwa rata-rata (*mean*) dari Nilai *Pretest* adalah 48,43 dengan nilai terendah 10 dan nilai tertinggi 90. Sementara rata-rata (*mean*) Nilai *Posttest* menunjukkan nilai 81,76 dengan nilai terendah 50 dan nilai tertinggi 100. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata siswa antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa Psikoedukasi.

Adanya pelaksanaan program layanan yang telah dilakukan siswa dapat mengerti dan memahami lebih dalam lagi mengenai pengertian *bullying*, dampak perilaku *bullying*, dan cara mencegah perilaku *bullying*. Dilihat dari hasil evaluasi yang

diberikan, jawaban siswa menunjukkan bahwa siswa akan menerapkan cara pencegahan yang telah dijelaskan dan akan menghindari terjadinya *bullying*.



Gambar 2. Perbandingan Nilai *Pretest-Posttest*

Sebelum melaksanakan program psikoedukasi, diawali dengan pembukaan dan doa serta sosialisasi tujuan kegiatan oleh Guru BK. Hal ini supaya menyiapkan siswa dan siswa memahami tentang tujuan kegiatan layanan psikoedukasi. Setelah kegiatan pembukaan selesai dilakukan, dilanjutkan dengan mengerjakan soal *pretest*. Siswa nampak antusias dan semangat dalam mengerjakan soal. Hasil dari *pretest* membuktikan bahwa banyak siswa yang belum mengerti pengertian, dampak dan cara mencegah perilaku *bullying*, bahkan banyak siswa yang tidak mengisi soal *pretest* yang diberikan. Hal ini ditunjukkan dari rerata nilai *pretest* yang dapat dikategorikan rendah dan secara khusus pula, penulis melihat bahwa jawaban di lembar *pretest* menunjukkan banyak soal yang tidak dijawab atau kosong

atau memberikan jawaban singkat tanpa bisa menjelaskan secara detail jawaban yang dimaksud. Hal ini menjadikan indikasi bahwa literasi tentang *bullying* menjadi kebutuhan bagi siswa.



Gambar 3. Siswa sedang mengerjakan soal *pretest*.

Sesi inti kegiatan berjalan dengan lancar. Sesi pemberian materi berjalan dengan atraktif, ditunjukkan dengan siswa memperhatikan penjelasan yang diberikan. Dengan adanya pelaksanaan program layanan yang telah dilakukan siswa dapat mengerti dan memahami lebih dalam lagi mengenai pengertian *bullying*, dampak perilaku *bullying*, dan cara mencegah perilaku *bullying*. Dilihat dari hasil evaluasi siswa akan menerapkan cara pencegahan yang telah dijelaskan dan akan menghindari terjadinya *bullying*.

Dalam sesi diskusi dan tanya jawab, siswa semakin menunjukkan minat ingin tahu yang besar, banyak siswa bertanya. Beberapa pertanyaan yang muncul misalnya: “*Apakah*



*memanggil nama teman dengan nama orang tuanya termasuk kategori bullying?"; "Kenapa seseorang merasa di bully padahal ejekan saya itu hanya bercanda? apakah mereka yang merasa di bully itu hanya karena mudah baper?"; dan "Di kelas ini saya dibully, mereka mengejek saya bodoh, mudah baper dan berbicara kasar pada saya, dan saya merasa direndahkan. Apakah yang harus saya lakukan?".* Bahkan juga ada beberapa siswa yang membagikan pengalaman dan *bullying* yang pernah dialami. Hal ini menjadi bentuk dukungan sosial antar teman sebaya sehingga dapat saling belajar, menguatkan, dan mendukung antara siswa yang pernah menjadi korban *bullying*.



**Gambar 4.** Siswa mendengarkan penjelasan dan melakukan diskusi.

Hasil *Post-test* menunjukkan bahwa adanya peningkatan pada pemahaman siswa tentang perilaku *bullying*, jenis dan macam perilaku *bullying*. Siswa mendapat pemahaman baru bahwa seringkali yang dilakukan atau pun bentuk panggilan dan

bercandaan adalah termasuk dalam *bullying*. Pemahaman tentang faktor-faktor penyebab *bullying* juga telah dipahami oleh siswa. Siswa menjadi lebih waspada dan membatasi tayangan video atau gambar yang seringkali ada di dalam media sosial. Dan untuk mencegah *bullying* di waktu selanjutnya, siswa diajak untuk memahami Langkah-langkah apa saja yang dapat dilakukan, misalnya dengan memberitahu antar teman sebaya bahwa *bullying* tidak baik dan tidak dapat dibenarkan dengan alasan maupun tujuan apapun serta setiap orang juga layak diperlakukan dengan hormat, apapun perbedaan yang mereka miliki.



**Gambar 5.** Siswa mengerjakan soal *posttest*

Sesi akhir dari tahap kegiatan inti yakni penilaian segera. Hasil penilaian segera menunjukkan adanya kesan positif yang diperoleh siswa dari kegiatan psikoedukasi. Kesan tersebut misalnya merasa senang dan mendapat wawasan baru tentang *bullying*, merasa termotivasi untuk tidak mengulangi perilaku *bullying*, dan berusaha untuk

mencegah munculnya perilaku *bullying* bersama siswa lain. Siswa juga berharap kegiatan psikoedukasi seperti ini dapat dilakukan kembali di waktu ke depan.

Secara umum, kegiatan psikoedukasi berjalan dengan lancar. Kegiatan psikoedukasi mendapat dukungan dari pihak sekolah melalui Kepala Sekolah, Guru Kelas, dan Guru BK. Siswa juga berpartisipasi secara aktif di dalam kegiatan, mengikuti setiap sesi yang diberikan dengan tetap mematuhi protokol kesehatan secara ketat. Namun demikian, kegiatan juga tidak lepas dari adanya kekurangan seperti misalnya pengelolaan waktu kurang efektif yang disebabkan oleh siswa yang datang terlambat atau karena adanya jadwal ujian di kelas sehingga harus dilakukan penjadwalan kembali. Selain itu, juga diperlukan waktu psikoedukasi dengan frekuensi yang dilakukan secara rutin misalnya setiap bulan agar konsep yang diajarkan dapat benar-benar dipahami dan pada akhirnya dilakukan oleh siswa.

## V KESIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan pengenalan atau psikoedukasi ini adalah adanya permasalahan *bullying* yang dialami oleh siswa SMA "XYZ". Setelah berkoordinasi dengan kepala sekolah, guru kelas dan Guru BK, maka dilakukan

psikoedukasi untuk memberikan pengetahuan siswa tentang *bullying*. Hasil psikoedukasi menunjukkan siswa memiliki peningkatan pemahaman tentang perilaku *bullying* dan memahami tentang bagaimana mencegah perilaku *bullying*.

Saran yang diajukan berdasarkan evaluasi kegiatan yakni kegiatan psikoedukasi hendaknya dapat dilakukan dengan berbagai macam topik pengembangan diri secara rutin berbasis pada kebutuhan siswa, sehingga wawasan baru yang diperoleh siswa dapat digunakan untuk menyelesaikan permasalahan sesuai dengan keadaan dan situasi yang sesungguhnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, D. T., Kumara, A., & Utami, M. S. (2016). Validasi Program Remaja "STOP" (Sadar, Tolong, dan Perangi) Bullying untuk Mengurangi Intensi Perilaku Bullying pada Siswa SMP. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 2(2), 73. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.33359>
- Halimah, A., Khumas, A., & Zainuddin, K. (2015). Persepsi pada Bystander terhadap Intensitas Bullying pada Siswa SMP. *Jurnal Psikologi*, 42(2), 129. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7168>
- Rahayu, B. A., & Permana, I. (2019). Bullying di Sekolah : Kurangnya Empati Pelaku Bullying dan Pencegahan. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(3), 237. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.3.2019.237-246>
- Simbolon, M. (2012). Perilaku Bullying pada Mahasiswa Berasrama. *Jurnal Psikologi*,

39(2), 233–243.  
<https://doi.org/10.4135/9781483328539.n43>

Sucipto. (2012). Bullying Dan Upaya Meminimalisasikannya Bullying and Efforts To Minimize. *Psikopedagogia*, 1(1), 1–12.

Utami, C. T., Adiyanti, M. G., Patria, B., & Minza, W. M. (2020). Bullying Survivors: The Dynamic of Frequency, Forms of Bully and The Response of Survivors. *Psikodimensia*, 19(1), 94. <https://doi.org/10.24167/psidim.v19i1.2450>

Zakiah, E. Z., Humaedi, S., & Santoso, M. B. (2017). Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying. *Jurnal Penelitian Dan PPM*, 4(2), 324–330. <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14352>