

Ragam Intervensi Psikologis

Berbasis Komunitas



Dr. Siti Urbayatun, S.Psi., M.Si., Psikolog dkk.

Siti Urbayatun dkk.

Ragam Intervensi Psikologis Berbasis Komunitas

UAD
P R E S S

**SANKSI PELANGGARAN PASAL 113
UNDANG-UNDANG NOMOR 28 TAHUN 2014
TENTANG HAK CIPTA**

1. Setiap orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk penggunaan secara komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp. 100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk penggunaan secara komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp. 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
3. Setiap orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk penggunaan secara komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp. 1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
4. Setiap orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp. 4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

Siti Urbayatun dkk.

Ragam Intervensi Psikologis Berbasis Komunitas

UAD
P R E S S

RAGAM INTERVENSI PSIKOLOGIS BERBASIS KOMUNITAS

Copyright© 2023 Siti Urbayatun dkk.

Penulis : Siti Urbayatun, Nurul Yunita, Inggit Kartika Sari, Emy Hidayati, Lutfia Fausta Azzara, Alfi Purnamasari, Novia Fetri Aliza, Mutingatu Sholichah, Nora Devi Irianjani, Faridah Ainur Rohmah, Nurul Hidayah, Elsy Junilia, Siti Muthia Dinni, Hikmah Islamiyati, Erlina Listyanti Widuri, Nina Zulida Situmorang dan Suci Fajar Suryani.

Editor : Siti Urbayatun & Tim UAD Press

Layout : Kirman

Desain Sampul : Irfana Hafidz

Diterbitkan Oleh : UAD PRESS
(Anggota IKAPI dan APPTI)
Kampus II Universitas Ahmad Dahlan
Jl. Pramuka No. 42, Sidikan, Umbulharjo, Yogyakarta.
Telp. (0274) 563515, Phone (+62) 882 3949 9820

ISBN: 978-623-5635-96-5

16 x 24 cm, viii + 238 hlm

Cetakan Pertama, Juli 2023

All right reserved. Semua hak cipta © dilindungi undang-undang. Tidak diperkenankan memproduksi ulang atau mengubah dalam bentuk apa pun melalui cara elektronik, mekanis, fotocopy, atau rekaman sebagian atau seluruh buku ini tanpa izin tertulis dari pemilik hak cipta.

Prakata

Alhamdulillah rabbil 'alamin, segala puji bagi Allah SWT Yang Maha Pengasih dan Penyayang, yang telah memberikan banyak karunia nikmat kepada segenap penulis sehingga buku “Ragam Intervensi Psikologis berbasis Komunitas” ini dapat terselesaikan berkat dukungan, saran, dan perhatian dari banyak pihak yang tidak dapat penulis membalasnya, kecuali balasan yang sebaik-baiknya dari Zat Yang Maha Agung, Allah *swt*.

Bimbingan dan masukan banyak penulis peroleh dari banyak pihak. Oleh karena itu, terima kasih yang tulus penulis sampaikan kepada Rektor Universitas Ahmad Dahlan, Dekan Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan, Kepala Program Studi Magister Psikologi Profesi Universitas Ahmad Dahlan, segenap civitas academica maupun kolega yang telah berkontribusi terhadap buku ini.

Semoga buku ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan masyarakat, khususnya mahasiswa yang tertarik pada intervensi psikologis di komunitas.

Yogyakarta, Juli 2023

Tim Penulis

Daftar Isi

PRAKATA —v

DAFTAR ISI —vii

- BAB 1 PENINGKATAN LITERASI KESEHATAN JIWA DI PUSKESMAS SEBAGAI UPAYA
DALAM GERAKAN INDONESIA SEHAT: STUDI KASUS DI DESA “S” —1
Siti Urbayatun & Nurul Yunita
- BAB 2 PSIKOEDUKASI DAN *PSYCHOLOGICAL FIRST AID* UNTUK MENGATASI
KASUS *BULLYING* —29
Inggit Kartika Sari & Erny Hidayati
- BAB 3 PEMBERDAYAAN MASYARAKAT SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN
KENAKALAN REMAJA —59
Lutfia Fausta Azzara & Alfi Purnamasari
- BAB 4 *EMPOWERING COMMUNITY PSYCHOLOGY* UNTUK PENDAMPINGAN
REMAJA KECANDUAN ALKOHOL —81
Novia Fetri Aliza & Mutingatu Sholichah
- BAB 5 PSIKOEDUKASI DAN PELATIHAN KONSELOR SEBAYA UNTUK
MENINGKATKAN PENGETAHUAN KESEHATAN JIWA REMAJA —101
Nora Devi Irianjani & Faridah Ainur Rohmah
- BAB 6 KONSELING SEBAYA UNTUK MENURUNKAN RISIKO PERILAKU SEKS BEBAS
PADA REMAJA —121
Nurul Hidayah & Elsy Junilia
- BAB 7 INTERVENSI PSIKOSOSIAL DALAM PENANGGULANGAN KASUS *STUNTING*
—149
Siti Muthia Dinni

BAB 8	KONSELING KELOMPOK DAN RELAKSASI UNTUK MENURUNKAN STRES PENGASUHAN PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK BALITA —179 Hikmah Islamiyati & Erlina Listyanti Widuri
BAB 9	MENAKAR KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF (<i>SUBJECTIVE WELL-BEING</i>) PADA RELAWAN PEREMPUAN —205 Nina Zulida Situmorang & Suci Fajar Suryani
INDEKS	—229
TENTANG PENULIS	—233

BAB 2

Psikoedukasi dan *Psychological First Aid* untuk Mengatasi Kasus *Bullying*

Inggit Kartika Sari & Erny Hidayati

A. Pendahuluan

Tahapan perkembangan manusia merupakan perubahan-perubahan yang dialami individu di dalam hidupnya dari masa kanak-kanak hingga lanjut usia. Perubahan-perubahan yang terjadi meliputi perubahan fisik, kognitif, sosial, dan psikologis. Salah satu perkembangan penting dalam kehidupan manusia adalah sosial. Perkembangan sosial dapat diartikan sebagai rangkaian dari perubahan berkesinambungan dalam perilaku individu untuk menjadi makhluk sosial (Desmita, 2010).

Kehidupan sosial manusia terdiri atas beberapa fase dan tingkatan. Proses ini merupakan proses sosialisasi yang mendudukan anak sebagai individu untuk secara aktif melakukan proses sosialisasi. Proses dimulai dari perkenalan dan pergaulan dengan individu lain secara lebih luas ketika anak mulai mengenal kedua orang tuanya, anggota keluarganya, teman bermain sebayanya, dan teman-teman

sekolahnya. Saat memasuki usia selanjutnya, anak mulai melakukan banyak penyesuaian baru dengan belajar menerima pandangan kelompok, perubahan dalam perilaku sosial, pengelompokan sosial yang baru, memahami tanggung jawab, dan nilai-nilai baru di dalam kehidupan. Hal ini membuat keterampilan sosial individu makin meningkat (Jahja, 2015).

Kegagalan individu dalam melakukan penyesuaian diri pada tahap perkembangan sosial akan berdampak pada gejolak emosi dan tekanan jiwa, sehingga individu akan mudah menyimpang dari aturan dan norma sosial yang berlaku. Terkadang ketegangan yang dialami tidak dapat diselesaikan dengan baik, sehingga menjadi sebuah konflik yang berkepanjangan. Ketidakmampuan dalam mengatasi konflik-konflik akan menyebabkan perasaan gagal yang mengarah kepada bentuk frustrasi. Bentuk reaksi yang terjadi akibat frustrasi yang dialami dapat menjadi bentuk kekerasan untuk menyakiti diri dan orang lain (Monks dalam Baron & Byrne, 2012).

Veenstra et. al (2005) menjelaskan bahwa kekerasan atau *bullying* adalah perilaku agresi yang dilakukan seseorang atau lebih secara berulang-ulang dengan maksud menyakiti atau mengganggu orang lain secara fisik (memukul, menendang, mendorong, mengambil atau merebut sesuatu milik orang lain), secara verbal (mengejek, mengancam) atau secara sosial/relasional (mengeluarkan dari kelompok, mengisolasi, menyebar gosip). Menurut Rigby (2002), *bullying* merupakan suatu hasrat untuk mencelakai, menyakiti, atau membahayakan seseorang dengan menunjukkan dalam aksi yang dapat menyebabkan penderitaan pada korbannya tersebut.

Menurut Tim SEJIWA (2008), aspek-aspek *bullying* meliputi *bullying* fisik, contohnya menampar, memukul, menjambak, menendang, dan merusak, sedangkan *bullying* verbal, contohnya mengejek, menghina,

mencela, memfitnah, menuduh, dan menyoraki, serta *bullying* sosial/relasional, contohnya memandang sinis seseorang, mengucilkan, dan mendiamkan.

Astuti (2008) menjelaskan bahwa *bullying* dapat disebabkan oleh perbedaan kelas (senioritas), ekonomi, agama, gender, etnisitas atau rasisme, keluarga yang tidak rukun, situasi sekolah yang tidak harmonis, dan karakter individu atau kelompok seperti adanya dendam atau iri hati, adanya semangat untuk menguasai korban dengan kekuatan fisik, dan untuk meningkatkan popularitas pelaku di kalangan teman sepermainannya. Menurut Ariesto (2009), terdapat beberapa faktor yang memicu terjadinya *bullying*, yaitu keluarga yang bermasalah, pihak sekolah yang sering mengabaikan tindakan *bullying*, faktor kelompok sebaya, kondisi lingkungan sosial seperti kemiskinan, serta tayangan televisi dan media sosial.

Menurut Magfirah dan Rachmawati (2009), dampak dari tindakan *bullying* bagi anak, antara lain kesulitan untuk mengaktualisasikan diri karena menganggap apa pun yang akan dilakukannya pasti salah, cedera pada tubuh, merasa tidak aman, tidak nyaman dan takut akan terintimidasi, merasarendah diri, kurang percaya diri, merasa tidak berharga, sulit berkonsentrasi dalam belajar, tidak mampu bersosialisasi secara baik dengan lingkungannya, merasa enggan berangkat ke sekolah, menjadi cenderung tertutup, dan sulit berkomunikasi dalam lingkungannya. Dari hasil penelitian, Nurlalah dan Mukri (2019) menemukan bahwa *bullying* dapat mengganggu kesehatan mental siswa, seperti gangguan stres bahkan trauma atas kekerasan tersebut. Jelita, Purnamasari dan Basyar (2021) dalam penelitiannya menemukan bahwa terdapat korban *bullying* yang mengalami penurunan tingkat kepercayaan diri, tetapi terdapat pula korban *bullying* yang mengalami peningkatan kepercayaan diri karena

perilaku *bullying* tersebut menjadi motivasi. Hal ini menarik untuk dikaji lebih lanjut.

Menurut Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) (2020), kasus *bullying* khususnya pada anak yang terjadi di Indonesia sejak tahun 2011 hingga 2019 mencapai angka 2.473 orang. *Bullying* dapat terjadi di berbagai *setting*, baik di sekolah, luar sekolah, bahkan dunia maya. Awal tahun 2020 selama Januari sampai Februari, KPAI juga mengatakan bahwa kejadian terkait siswa yang jarinya harus diamputasi hingga siswa yang ditendang sampai meninggal menjadi suatu gambaran ekstrem dan fatal dari intimidasi *bullying* fisik dan psikis yang dilakukan pelajar kepada teman-temannya.

Arie Rukmanta memaparkan bahwa di Yogyakarta sendiri terdapat 21% pelajar dengan rentang usia 13-17 tahun pernah mengalami perundungan (Tribun Jogja, 2019). Awal tahun 2020 bahkan terjadi kasus *bullying* di kalangan anak sekolah dasar yang mengakibatkan korbannya mengalami luka pada usus, sehari-hari tidak bisa makan, dan kesulitan dalam buang air besar secara normal (Suara Jogja, 2020). Undang-undang nomor 35 tahun 2014, pasal 9, tentang perlindungan anak menyatakan bahwa setiap anak berhak mendapatkan perlindungan di satuan pendidikan dari kejahatan seksual dan kekerasan yang dilakukan oleh pendidik, tenaga kependidikan, sesama peserta didik, dan atau pihak lain.

Salah satu sekolah dasar di Yogyakarta yang terindikasi terjadi *bullying* adalah SDN X di wilayah Kecamatan Umbulharjo. SDN X merupakan salah satu sekolah inklusi negeri yang ada di Kota Yogyakarta. Sekolah tersebut berdiri di atas tanah seluas 630 m² dengan luas bangunan 260 m² luas halaman 370 m², dan luas tempat parkir 32 m². Jumlah kepala sekolah, guru, dan tenaga lainnya sebanyak 19 orang, sedangkan total siswa di SDN X sebanyak 117 orang.

Observasi di SDN X di Yogyakarta dilakukan di dalam kelas maupun di luar kelas. Ketika di dalam kelas, terlihat bahwa ada siswa yang mendorong temannya untuk maju ke depan saat guru meminta salah satu murid menjawab soal di papan tulis. Ada juga siswa yang terlihat kurang percaya diri saat ditanya, sehingga hanya diam dan menunduk. Ada juga siswa yang tiba-tiba mengambil kotak pensil temannya tanpa izin, sehingga saling berebut. Selain itu juga terlihat ada siswa yang mengganggu siswa lain dengan memukul secara tiba-tiba. Di luar kelas terlihat beberapa siswa ada yang tiba-tiba memukul, menendang bagian pantat teman, dan menyenggol bahu teman saat bermain bersama, bahkan ada yang bertengkar ketika terjadi selisih paham. Terlihat juga ada siswa yang bersama-sama menyoraki temannya, mengejek temannya, dan juga ada siswa yang terlihat meneriaki temannya saat bermain bola bersama. Jika dilihat dari sikap gurunya, terlihat ada guru yang masih menggunakan kalimat-kalimat negatif saat berbicara dengan siswa seperti, “Ayo siapa yang mau maju, masa gitu aja nggak bisa?” dan “Sini duduk di depan jangan di belakang terus, mau tidur kan?” Sebagian guru menganggap interaksi antarsiswa hanya seperti gurauan biasa khas anak-anak, sehingga membuat guru kurang tegas dalam menegurnya.

Hasil observasi tersebut diperkuat dengan hasil wawancara dengan kepala sekolah, guru, dan siswa. Didapatkan temuan bahwa beberapa anak mengalami kesulitan dalam belajar, beberapa siswa juga merupakan anak berkebutuhan khusus seperti tuna daksa dan retardasi mental, mengalami emosi yang tidak stabil, perilaku maladatif, adanya *bullying* baik fisik maupun verbal seperti memukul, menendang, menjahili dan mengejek teman, ada siswa yang kerap kali tidak masuk sekolah, bahkan ada beberapa siswa yang mendominasi kelas sehingga siswa lain merasa takut dan cenderung patuh terhadap

perintah siswa yang dominan. Penanganan masalah *bullying* masih memunculkan perbedaan pendapat antara guru dengan kepala sekolah. Guru berpendapat bahwa ketika menghadapi siswa yang melakukan *bullying*, guru harus tegas, tetapi kepala sekolah beranggapan bahwa memperlakukan siswa harus dengan lembut. Informasi diperoleh dari hasil wawancara dengan guru, bahwa masih ada orang tua yang kurang terlibat dalam penanganan anak yang bermasalah.

Cara mencegah terjadinya *bullying* menurut Coloroso (2007) yaitu dengan membantu anak dan remaja menumbuhkan *self esteem* (harga diri) dengan cara bersikap dan berpikir positif, menghargai diri sendiri dan orang lain, serta menumbuhkan rasa percaya diri. Selain itu dapat mengembangkan kemampuan sosialisasi seperti bergabung dengan kelompok yang memiliki kegiatan positif, dan sekaligus dapat mengembangkan keterampilan sosial untuk menghadapi *bullying*. Hal yang perlu dilatih adalah cara bersikap ketika menjadi sasaran *bullying* maupun hanya sebagai saksi. Penting pula dilatihkan cara mencari bantuan jika terdapat tindakan *bullying*.

Psikoedukasi merupakan intervensi yang cukup populer sebagai suatu strategi untuk menurunkan faktor risiko yang berhubungan dengan perkembangan gejala-gejala perilaku (Carson, 2000). Psikoedukasi juga merupakan pengembangan dan pemberian informasi dalam bentuk pendidikan mengenai hal yang berkaitan dengan psikologi populer atau sederhana, atau informasi lain yang memengaruhi kesejahteraan psikososial masyarakat. Pemberian informasi ini dapat meningkatkan kemampuan kognitif karena mengandung unsur pengajaran tentang materi untuk meningkatkan dukungan bagi subjek yang dikenainya (Supratiknya, 2011).

Menurut Walsh (2010), psikoedukasi dapat menjadi intervensi tunggal, tetapi dapat juga dikombinasikan dengan beberapa intervensi

lainnya yang mendukung untuk membantu partisipan menghadapi stresor atau tantangan hidup. Psikoedukasi cukup efektif dalam meningkatkan pemahaman, kesadaran, dan keterampilan partisipan dalam melakukan sesuatu, salah satunya untuk tindakan *bullying*. Hal ini didukung oleh penelitian Amawidyati & Muhammad (2017) yang menjelaskan bahwa program psikoedukasi *bullying* efektif untuk meningkatkan efikasi guru dalam menangani *bullying*.

Selain psikoedukasi, intervensi yang dapat diberikan untuk menangani korban *bullying* adalah *Psychological First Aid* (PFA). Menurut Jacobs & Meyer (2003) *Psychological First Aid* atau pertolongan pertama psikologis adalah bantuan secara psikologis yang paling dasar bagi orang-orang yang sedang mengalami situasi krisis ataupun kejadian yang traumatik. Sedangkan Everly dkk. (2006) menjelaskan bahwa PFA merupakan rangkaian perlakuan yang ditujukan untuk mengurangi tingkat stres yang dialami seseorang setelah terjadinya suatu kejadian yang traumatik sehingga tidak memunculkan dampak-dampak negatif. *Psychological First Aid* (PFA) dapat pula dikatakan sebagai serangkaian keterampilan yang ditujukan untuk mengurangi *distress* dan mencegah munculnya perilaku dan kondisi kesehatan mental negatif yang disebabkan oleh situasi krisis. Jenis-jenis situasi krisis yang membutuhkan PFA antara lain, bencana alam, kecelakaan, peristiwa-peristiwa traumatis seperti kekerasan seksual, *bullying*, dan HIV-AIDS. Salah satu peristiwa krisis yang sering terjadi di sekolah, tetapi kurang disadari yaitu *bullying*.

Berdasarkan paparan latar belakang tersebut yang menunjukkan bahwa ada indikasi perilaku *bullying* pada siswa SDN X dan diketahui bahwa masih ada kesenjangan pemahaman tentang *bullying* di kalangan guru, orang tua, dan siswa. Temuan tersebut mendorong pentingnya dilakukan intervensi komunitas dengan pemberian

psikoedukasi dan *Psychological First Aid* (PFA) serta menanamkan rasa percaya diri pada siswa untuk mencegah dan mengatasi *bullying* di SDN tersebut dan lingkungan sekitarnya dengan sasaran intervensi adalah siswa, guru, dan orang tua.

B. Asesmen

Metode pengumpulan data yang digunakan yakni observasi dan wawancara. Pengamatan dilakukan di wilayah atau lingkungan yang menjadi sasaran, sedangkan wawancara dilakukan kepada psikolog, kepala sekolah, dua orang guru, dan siswa.

Berdasarkan hasil asesmen yang telah dilakukan, diperoleh rumusan permasalahan yang terjadi di SDN X sebagai berikut:

1. Kurangnya kesadaran siswa, guru, dan orang tua tentang perilaku *bullying*.
2. Beberapa siswa terlihat melakukan perilaku *bully* terhadap siswa lain seperti memukul, menyenggol bahu, menendang pantat, mengejek, mendominasi, dan memerintah sesuka hati.
3. Terdapat beberapa orang tua yang kurang dapat diajak bekerja sama untuk menangani siswa dan cenderung menyerahkan sepenuhnya kepada guru padahal guru memiliki keterbatasan.
4. Beberapa orang tua cenderung menerapkan pola asuh *permissive neglected* sehingga cenderung memanjakan dan membiarkan perilaku yang dilakukan anak.
5. Beberapa guru masih menggunakan kalimat-kalimat negatif dalam menghadapi anak.
6. Beberapa siswa pindahan kerap kali membuat masalah dan berdampak bagi siswa lainnya.
7. Beberapa anak merupakan anak berkebutuhan khusus seperti tuna daksa, retardasi mental, cerdas istimewa, kemampuan kognitif di

bawah rata-rata dan *borderline*.

8. Ada siswa yang enggan masuk ke sekolah hampir satu semester sehingga dilakukan pembelajaran privat di rumah.

Rumusan masalah tersebut selanjutnya dilakukan analisis SWOT. Berikut hasil analisis S.W.O.T seperti terlihat dalam tabel 1.

Tabel 1. Hasil Analisis SWOT di Sekolah X

	<i>HELPFUL</i>	<i>HARMFUL</i>
Faktor Internal	<p>S (<i>Strength</i>)</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Guru-guru sudah mendapat pelatihan sekolah inklusi b. Sekolah memiliki guru pendamping c. Pembiasaan secara spiritual seperti sekolah memiliki kebiasaan berdoa bersama sebelum kelasdimulai d. Sekolah selalu melibatkan orang tua dalam menyelesaikan permasalahan 	<p>W (<i>Weakness</i>)</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Belum ada pertemuan rutin orang tua b. Guru masih belum seluruhnya memiliki kesadaran tentang <i>bullying</i>
Faktor Eksternal	<p>O (<i>Opportunities</i>)</p> <p>Adanya pelatihan karakter untuk guru dari pemerintah yang bertujuan dapat diterapkan pada anak</p>	<p>T (<i>Threat</i>)</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Dana BOS dari pemerintah masih minim b. Masih kurangnya kepercayaan masyarakat terhadap sekolah dalam penanganan <i>bullying</i> c. Banyak siswa pindahan

C. Pembahasan

Berdasarkan permasalahan yang telah diperoleh, maka intervensi yang akan diberikan berupa psikoedukasi terkait *bullying*, pentingnya percaya diri, dan *psychological first aid* untuk menangani *bullying*. Sasaran intervensi yang akan diberikan yakni pada siswa kelas 1 hingga kelas 6, guru, dan orang tua siswa yang merupakan bagian dari SDN X di wilayah Sorosutan.

Intervensi yang dilakukan tidak hanya berupa psikoedukasi melalui penayangan PPT dan video, tetapi juga didukung dengan pemberian stiker dengan *tagline* anti *bullying* untuk para siswa, serta stiker dan

leaflet untuk guru dan orang tua siswa. Pemberian stiker dan *leaflet* juga menjadi salah satu bentuk promosi untuk mencegah terjadinya *bullying* di sekolah. Siswa, guru, dan orang tua yang menerima stiker dan *leaflet* diharapkan dapat membaginya atau menginformasikan kepada orang lain di sekitarnya.

Tujuan diberikan intervensi adalah untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan kesadaran siswa, guru dan orang tua mengenai *bullying*. Intervensi ini merupakan tahapan preventif yang bertujuan agar siswa, guru, dan orang tua menjadi lebih sadar dan mengetahui tentang *bullying* dan dampak negatifnya dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan psikoedukasi terhadap siswa dikelompokkan menjadi dua kelompok, yaitu kelas 1-3 dan kelas 4-6.

a. Psikoedukasi *Bullying* dan Percaya Diri Siswa Kelas 1-3

Kegiatan psikoedukasi diawali dengan mengisi presensi terlebih dahulu sebelum masuk ke ruangan dengan berbaris secara rapi dibantu oleh co-fasilitator dan perwakilan guru SDN X untuk merapikan barisan. Setelah melakukan presensi, peserta diberikan lembar *pre-test* dan pensil, serta diminta untuk menuliskan nama dan kelas terlebih dahulu.

Peserta diajak mengenali terlebih dahulu terkait materi yang akan disampaikan dengan pertanyaan tentang *bullying* apakah ada diantara siswa yang senang memukul dan mengejek temannya. Secara keseluruhan para siswa memberikan respon yang berbeda-beda dan terlihat cukup antusias walaupun ada beberapa peserta yang beberapa kali terlihat sibuk sendiri sehingga perlu diingatkan untuk memperhatikan kembali. Selanjutnya peserta diberikan tayangan video tentang *bullying*. Selama menonton tayangan video peserta terlihat memperhatikan secara seksama. Setelah selesai

penayangan video, para peserta diminta untuk memberikan pendapatnya tentang video tersebut dengan pertanyaan, “Apakah peserta sudah mengetahui yang dimaksud dengan *bullying*?” Salah satu peserta menjawab bahwa *bullying* itu “memukul teman” kemudian diikuti peserta lain memberikan jawaban bahwa *bullying* itu sama dengan mengejek. “*Bullying* itu memukul teman, mbak.” Berdasarkan respon peserta tersebut, terlihat antusiasnya lebih meningkat.

Setelah itu dilanjutkan dengan penyampaian materi tentang *bullying*. Saat penyampaian materi, beberapa siswa tidak fokus dan ribut sendiri sehingga perlu diingatkan dengan menggunakan *ice breaking* “halo-hai”. Secara keseluruhan pelaksanaan kegiatan untuk kelas 1-3 mengalami sedikit kesulitan untuk pengkondisian dan pemusatan perhatian. Selesai materi diberikan, dilanjutkan dengan *sharing* pertanyaan dan tanya jawab, tetapi siswa kelas 1-3 terlihat malu-malu untuk *sharing*, sehingga para peserta diajak untuk bernyanyi terlebih dahulu dan ada dua orang siswa yang maju ke depan dan memimpin bernyanyi. Peserta juga diajak bermain *game* untuk memancing semangat mereka.

Setelah itu, dilanjutkan dengan materi kedua yaitu pentingnya percaya diri. Selama penyampaian materi, kondisi peserta masih sama dengan sebelumnya, ada beberapa siswa kelas 1-3 yang sibuk sendiri sehingga memerlukan usaha ekstra untuk mengkondisikannya. Materi yang diberikan dilengkapi dengan penayangan video. Selama penayangan video, peserta terlihat jauh lebih fokus daripada saat mendengarkan penyampaian materi, kemudian peserta diajak kembali untuk berdiskusi dan tanya jawab. Pada bagian ini peserta masih perlu dipancing dengan *game* yang bertanya akan mendapatkan pensil, barulah setelah itu

ada dua orang siswa yang bertanya.

Di akhir sesi, peserta diberikan rangkuman dan motivasi dari keseluruhan materi yang diberikan dan peserta diajak untuk berkomitmen yaitu ketika ditanya, “Siap untuk tidak melakukan *bullying* lagi?” Peserta menjawab secara bersama-sama, “Siap.”

Pertanyaan ini diajukan sebanyak tiga kali hingga para peserta benar-benar bersuara dengan lantang dan bersemangat, kemudian diajukan pertanyaan kedua yaitu, “Siap untuk menumbuhkan rasa percaya diri?” Peserta pun menjawab, “Siap” secara lantang. Setelah itu, peserta kembali dibagikan dan diminta untuk mengisi lembar *post-test* untuk melihat pengetahuan dan pemahaman peserta setelah diberikan materi. Penutupan dilakukan dengan pembagian stiker dan snack, serta mengucapkan terima kasih kepada para peserta yang telah mengikuti kegiatan dengan baik.

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* terlihat adanya peningkatan pengetahuan. Berikut adalah perbedaan skor pada *pre-test* dan *post-test* yang diberikan pada siswa kelas 1-3:

Tabel 2. Hasil *pre-test* dan *post-test* pengetahuan tentang *bullying* siswa kelas 1-3

No	Nama	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	Keterangan
1	A1	1	4	Meningkat 3 skor
2	A2	3	5	Meningkat 2 skor
3	A3	2	4	Meningkat 2 skor
4	A4	2	3	Meningkat 1 skor
5	A5	1	2	Meningkat 1 skor
6	A6	0	4	Meningkat 4 skor
7	A7	1	2	Meningkat 1 skor
8	A8	1	4	Meningkat 3 skor
9	A9	1	2	Meningkat 1 skor
10	A10	5	6	Meningkat 1 skor
11	A11	5	6	Meningkat 1 skor

No	Nama	Pre-test	Post-test	Keterangan
12	A12	5	6	Meningkat 1 skor
13	A13	3	4	Meningkat 1 skor
14	A14	3	3	Tidak ada peningkatan
15	A15	1	3	Meningkat 2 skor
16	A16	4	5	Meningkat 1 skor
17	A17	5	5	Tidak ada peningkatan
18	A18	0	4	Meningkat 4 skor
19	A19	4	5	Meningkat 1 skor
20	A20	1	3	Meningkat 2 skor
21	A21	2	2	Tidak ada peningkatan
22	A22	4	4	Tidak ada peningkatan
23	A23	2	4	Meningkat 2 skor
24	A24	3	4	Meningkat 1 skor
25	A25	2	3	Meningkat 1 skor
26	A26	2	3	Meningkat 1 skor
27	A27	6	6	Tidak ada peningkatan
28	A28	2	4	Meningkat 2 skor
29	A29	5	6	Meningkat 1 skor
30	A30	5	5	Tidak ada peningkatan
31	A31	3	4	Meningkat 1 skor
32	A32	3	4	Meningkat 1 skor
33	A33	2	4	Meningkat 2 skor
34	A34	3	4	Meningkat 1 skor
35	A35	0	2	Meningkat 2 skor
36	A36	3	4	Meningkat 1 skor
37	A37	5	5	Tidak ada peningkatan
38	A38	5	6	Meningkat 1 skor
39	A39	3	5	Meningkat 2 skor
40	A40	2	5	Meningkat 3 skor
41	A41	3	5	Meningkat 2 skor
42	A42	2	3	Meningkat 1 skor
43	A43	2	3	Meningkat 1 skor
44	A44	3	4	Meningkat 1 skor
45	A45	3	6	Meningkat 3 skor
46	A46	3	3	Tidak ada peningkatan

No	Nama	Pre-test	Post-test	Keterangan
47	A47	3	4	Meningkat 1 skor
48	A48	2	2	Tidak ada peningkatan
49	A49	2	5	Meningkat 3 skor
50	A50	2	4	Meningkat 2 skor
51	A51	3	3	Tidak ada peningkatan
52	A52	4	5	Meningkat 1 skor
53	A53	3	3	Tidak ada peningkatan
54	A54	4	4	Tidak ada peningkatan
55	A55	3	4	Meningkat 1 skor
56	A56	3	3	Tidak ada peningkatan
57	A57	2	4	Meningkat 2 skor

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat bahwa secara keseluruhan terjadi peningkatan pengetahuan terkait *bullying* yang dialami para siswa kelas 1-3. Hasil analisis uji *Wilcoxon* juga menunjukkan nilai $Z = -5.925$ dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hal tersebut menginterpretasikan bahwa adanya peningkatan pengetahuan pada siswa kelas 1-3 terkait *bullying*.

Dilakukan pula evaluasi terhadap aspek kepercayaan diri siswa setelah intervensi. Hasil dapat dilihat di tabel 3.

Tabel 3. Hasil *pre-test* dan *post-test* peningkatan kepercayaan diri siswa kelas 1-3

No	Nama	Pre-test	Post-test	Keterangan
1	A1	2	4	Meningkat 2 skor
2	A2	0	1	Meningkat 1 skor
3	A3	2	5	Meningkat 3 skor
4	A4	3	5	Meningkat 2 skor
5	A5	2	4	Meningkat 2 skor
6	A6	1	2	Meningkat 1 skor
7	A7	0	1	Meningkat 1 skor
8	A8	1	3	Meningkat 2 skor
9	A9	1	5	Meningkat 4 skor

No	Nama	Pre-test	Post-test	Keterangan
10	A10	0	3	Meningkat 3 skor
11	A11	0	3	Meningkat 3 skor
12	A12	0	1	Meningkat 1 skor
13	A13	2	3	Meningkat 1 skor
14	A14	3	6	Meningkat 3 skor
15	A15	3	4	Meningkat 1 skor
16	A16	1	1	Tidak ada peningkatan
17	A17	0	1	Meningkat 1 skor
18	A18	2	3	Meningkat 1 skor
19	A19	2	2	Tidak ada peningkatan
20	A20	1	2	Meningkat 1 skor
21	A21	0	3	Meningkat 3 skor
22	A22	3	4	Meningkat 1 skor
23	A23	2	5	Meningkat 3 skor
24	A24	2	3	Meningkat 1 skor
25	A25	2	2	Tidak ada peningkatan
26	A26	3	3	Tidak ada peningkatan
27	A27	4	4	Tidak ada peningkatan
28	A28	1	3	Meningkat 2 skor
29	A29	1	1	Tidak ada peningkatan
30	A30	2	2	Tidak ada peningkatan
31	A31	3	3	Tidak ada peningkatan
32	A32	1	3	Meningkat 2 skor
33	A33	2	3	Meningkat 1 skor
34	A34	1	3	Meningkat 2 skor
35	A35	1	2	Meningkat 1 skor
36	A36	1	2	Meningkat 1 skor
37	A37	1	2	Meningkat 1 skor
38	A38	1	2	Meningkat 1 skor
39	A39	2	2	Tidak ada peningkatan
40	A40	2	2	Tidak ada peningkatan
41	A41	2	3	Meningkat 1 skor
42	A42	2	3	Meningkat 1 skor
43	A43	1	2	Meningkat 1 skor
44	A44	1	2	Meningkat 1 skor

No	Nama	Pre-test	Post-test	Keterangan
45	A45	1	3	Meningkat 2 skor
46	A46	4	5	Meningkat 1 skor
47	A47	2	4	Meningkat 2 skor
48	A48	2	2	Tidak ada peningkatan
49	A49	3	3	Tidak ada peningkatan
50	A50	3	3	Tidak ada peningkatan
51	A51	4	4	Tidak ada peningkatan
52	A52	2	3	Meningkat 1 skor
53	A53	3	5	Meningkat 2 skor
54	A54	3	4	Meningkat 1 skor
55	A55	2	4	Meningkat 2 skor
56	A56	2	4	Meningkat 2 skor
57	A57	1	3	Meningkat 2 skor

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat bahwa secara keseluruhan terjadi peningkatan aspek kepercayaan diri para siswa kelas 1-3. Hasil analisis uji *Wilcoxon* juga menunjukkan nilai $Z = -5.842$ dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$).

b. Psikoedukasi *Bullying* dan Percaya Diri Siswa Kelas 4-6

Psikoedukasi mengenai *bullying* dan pentingnya memiliki rasa percaya diri untuk siswa kelas 4-6 dihadiri 50 siswa. Pelaksanaan psikoedukasi juga dilakukan oleh satu orang fasilitator dan dua orang co-fasilitator yang bertugas untuk membantu pelaksanaan kegiatan seperti mengisi absensi, pembagian alat tulis berupa pensil, mengambil gambar, mengkondisikan siswa, membagikan lembar *pre-test* dan *post-test*, serta membagikan *snack*. Selain itu juga dibantu oleh dua orang perwakilan guru.

Kegiatan psikoedukasi diawali dengan mengisi absensi terlebih dahulu sebelum masuk ke ruangan dengan berbaris secara rapi

dibantu oleh co-fasilitator dan perwakilan guru SDN X untuk merapikan barisan. Setelah melakukan absensi, peserta diberikan lembar *pre-test* dan pensil, serta diminta untuk menuliskan nama dan kelas terlebih dahulu.

Selanjutnya kegiatan dibuka dengan melakukan perkenalan diri dan menyampaikan tujuan dari kegiatan yang akan dilakukan. Pengkondisian terhadap siswa kelas 4-6 lebih mudah dibandingkan pengkondisian siswa kelas 1-3. Pengkondisian siswa juga dilakukan dengan menggunakan *ice breaking* “Halo-hay” yang mampu menarik perhatian siswa sehingga lebih fokus memperhatikan. Peserta yang hadir kemudian diminta untuk mengisi lembar *pre-test* terlebih dahulu untuk mengetahui pemahaman awal tentang *bullying* yang dimiliki.

Peserta kemudian diajak mengenali terlebih dahulu terkait materi yang akan disampaikan dengan pertanyaan tentang *bullying* dan perilaku *bully* untuk mengetahui pemahaman awal peserta, serta pertanyaan adakah di antara peserta yang sering memukul atau mengejek temannya. Secara keseluruhan para siswa memberikan respon yang berbeda-beda dan terlihat cukup antusias. Selanjutnya ditayangkan video tentang *bullying*. Selama menonton tayangan video peserta terlihat memperhatikan secara seksama. Saat video selesai, para peserta diminta pendapatnya tentang video tersebut dan pertanyaan terkait *bullying*. Peserta memberikan jawaban bahwa *bullying* adalah menyakiti teman, mengganggu teman. Berdasarkan respon peserta tersebut, terlihat bahwa peserta antusias dengan kegiatan yang dilakukan.

Setelah itu dilanjutkan dengan penyampaian materi tentang *bullying*. Saat penyampaian materi, terlihat siswa kelas 4-6 lebih fokus dan mampu memperhatikan dengan baik, bahkan para

peserta mampu mengikuti arahan yang diberikan. Secara keseluruhan pelaksanaan kegiatan untuk kelas 4-6 tidak mengalami kesulitan untuk pengkondisian dan pemusatan perhatian. Selesai materi diberikan, dilanjutkan dengan *sharing* pertanyaan dan tanya jawab. Ada siswa yang menceritakan bahwa pernah dipukul oleh temannya dan diejek, diikuti siswa lain yang juga menceritakan bahwa dirinya sering diejek temannya hingga merasa kesal.

Selanjutnya para peserta diberikan materi kedua yaitu pentingnya percaya diri. Selama penyampaian materi, kondisi peserta masih kondusif sebagaimana sebelumnya. Materi yang diberikan dilengkapi dengan penayangan video. Selama penayangan video, peserta terlihat lebih memperhatikan daripada saat mendengarkan penyampaian materi, kemudian peserta diajak kembali untuk berdiskusi dan tanya jawab.

Di akhir sesi peserta diberikan rangkuman dan motivasi dari keseluruhan materi yang diberikan seperti saat kegiatan bersama siswa kelas 1-3 dan peserta juga diajak untuk berkomitmen untuk tidak melakukan *bullying* yaitu dengan ditanya, “Siapa untuk tidak melakukan *bullying* lagi?” peserta menjawab secara bersama-sama “Siapa”. Pertanyaan ini diajukan sebanyak tiga kali hingga para peserta benar-benar bersuara dengan lantang dan semangat. Kemudian diajukan pertanyaan kedua yaitu, “Siapa untuk menumbuhkan rasa percaya diri?” peserta pun menjawab, “Siapa” secara lantang. Setelah itu, peserta kembali dibagikan dan diminta untuk mengisi lembar *post-test* untuk melihat pengetahuan dan pemahaman peserta setelah diberikan materi. Penutupan dilakukan dengan pembagian stiker dan *snack*, serta mengucapkan terimakasih kepada para peserta sudah mengikuti kegiatan dengan baik.

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* terlihat adanya peningkatan pengetahuan. Berikut adalah perbedaan skor pada *pre-test* dan *post-test* yang diberikan pada siswa kelas 4-6:

Tabel 4. Hasil *pre-test* dan *post-test* terkait *bullying* siswa kelas 4-6

No	Nama	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	Keterangan
1	B1	5	5	Tidak ada peningkatan
2	B2	4	5	Meningkat 1 skor
3	B3	4	4	Tidak ada peningkatan
4	B4	5	6	Meningkat 1 skor
5	B5	3	4	Meningkat 1 skor
6	B6	4	5	Meningkat 1 skor
7	B7	4	6	Meningkat 2 skor
8	B8	2	3	Meningkat 1 skor
9	B9	5	6	Meningkat 1 skor
10	B10	3	4	Meningkat 1 skor
11	B11	5	6	Meningkat 1 skor
12	B12	4	5	Meningkat 1 skor
13	B13	5	5	Tidak ada peningkatan
14	B14	3	4	Meningkat 1 skor
15	B15	3	5	Meningkat 2 skor
16	B16	4	5	Meningkat 1 skor
17	B17	3	4	Meningkat 1 skor
18	B18	6	6	Tidak ada peningkatan
19	B19	5	5	Tidak ada peningkatan
20	B20	3	3	Tidak ada peningkatan
21	B21	5	6	Meningkat 1 skor
22	B22	5	6	Meningkat 1 skor
23	B23	3	3	Tidak ada peningkatan
24	B24	5	5	Tidak ada peningkatan
25	B25	3	5	Meningkat 2 skor
26	B26	5	6	Meningkat 1 skor
27	B27	3	4	Meningkat 1 skor
28	B28	2	3	Meningkat 1 skor
29	B29	4	6	Meningkat 2 skor

30	B30	4	4	Tidak ada peningkatan
31	B31	1	4	Meningkat 3 skor
32	B32	3	5	Meningkat 2 skor
33	B33	3	3	Tidak ada peningkatan
34	B34	6	6	Tidak ada peningkatan
35	B35	5	5	Tidak ada peningkatan
36	B36	4	5	Meningkat 1 skor
37	B37	3	5	Meningkat 2 skor
38	B38	5	5	Tidak ada peningkatan
39	B39	2	4	Meningkat 2 skor
40	B40	4	5	Meningkat 1 skor
41	B41	5	6	Meningkat 1 skor
42	B42	4	5	Meningkat 1 skor
43	B43	3	5	Meningkat 2 skor
44	B44	5	5	Tidak ada peningkatan
45	B45	4	5	Meningkat 1 skor
46	B46	5	6	Meningkat 1 skor
47	B47	5	5	Tidak ada peningkatan
48	B48	5	6	Meningkat 1 skor
49	B49	5	6	Meningkat 1 skor
50	B50	5	6	Meningkat 1 skor

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat bahwa secara keseluruhan terjadi peningkatan pengetahuan terkait *bullying* yang dialami para siswa kelas 4-6. Hasil analisis uji *Wilcoxon* juga menunjukkan nilai $Z = -5.441$ dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hal tersebut menginterpretasikan bahwa adanya peningkatan pengetahuan pada siswa kelas 4-6 terkait *bullying* yang efektif.

Tabel 5. Hasil *pre-test* dan *post-test* kepercayaan diri siswa kelas 4-6

No	Nama	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	Keterangan
1	B1	5	5	Tidak ada peningkatan
2	B2	4	4	Tidak ada peningkatan
3	B3	4	4	Tidak ada peningkatan
4	B4	3	5	Meningkat 2 skor
5	B5	4	5	Meningkat 1 skor
6	B6	2	4	Meningkat 2 skor
7	B7	4	5	Meningkat 1 skor
8	B8	0	5	Meningkat 5 skor
9	B9	3	3	Tidak ada peningkatan
10	B10	2	3	Meningkat 1 skor
11	B11	3	5	Meningkat 2 skor
12	B12	1	4	Meningkat 3 skor
13	B13	4	5	Meningkat 1 skor
14	B14	2	3	Meningkat 1 skor
15	B15	0	3	Meningkat 3 skor
16	B16	0	1	Meningkat 1 skor
17	B17	1	3	Meningkat 2 skor
18	B18	4	5	Meningkat 1 skor
19	B19	2	4	Meningkat 2 skor
20	B20	1	2	Meningkat 1 skor
21	B21	4	6	Meningkat 2 skor
22	B22	4	6	Meningkat 2 skor
23	B23	1	3	Meningkat 2 skor
24	B24	4	4	Tidak ada peningkatan
25	B25	1	2	Meningkat 1 skor
26	B26	3	5	Meningkat 2 skor
27	B27	1	2	Meningkat 1 skor
28	B28	3	5	Meningkat 2 skor
29	B29	4	5	Meningkat 1 skor
30	B30	3	3	Tidak ada peningkatan
31	B31	2	3	Meningkat 1 skor
32	B32	1	3	Meningkat 2 skor
33	B33	2	3	Meningkat 1 skor

No	Nama	Pre-test	Post-test	Keterangan
34	B34	4	5	Meningkat 1 skor
35	B35	3	4	Meningkat 1 skor
36	B36	4	5	Meningkat 1 skor
37	B37	3	4	Meningkat 1 skor
38	B38	4	5	Meningkat 1 skor
39	B39	1	2	Meningkat 1 skor
40	B40	2	3	Meningkat 1 skor
41	B41	0	3	Meningkat 3 skor
42	B42	3	3	Tidak ada peningkatan
43	B43	3	3	Tidak ada peningkatan
44	B44	3	5	Meningkat 2 skor
45	B45	1	2	Meningkat 1 skor
46	B46	4	5	Meningkat 1 skor
47	B47	3	4	Meningkat 1 skor
48	B48	3	4	Meningkat 1 skor
49	B49	4	5	Meningkat 1 skor
50	B50	3	5	Meningkat 2 skor

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat bahwa secara keseluruhan terjadi peningkatan terkait percaya diri yang dialami para siswa kelas 4-6. Hasil analisis uji *Wilcoxon* juga menunjukkan nilai $Z = -5.817$ dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$).

c. Psikoedukasi *Bullying* dan *Psychological First Aid* untuk orang tua dan Guru

Psikoedukasi mengenai *bullying* dan *Psychological First Aid* untuk orang tua dan guru dihadiri oleh 49 orang. Pelaksanaan psikoedukasi dilakukan oleh satu orang fasilitator dan satu orang co-fasilitator yang bertugas untuk membantu pelaksanaan kegiatan seperti mengisi absensi, pembagian alat tulis, pembagian lembar *pre-test* dan *post-test*, mengambil gambar, dan membagikan *snack*.

Peserta yang hadir dalam kegiatan diminta untuk mengisi absensi terlebih dahulu yang terdapat di depan pintu Aula sebelum masuk ke dalam ruangan. Setelah itu, peserta diberikan lembar *pre-test* dan diminta untuk mengisi identitas terlebih dahulu sembari mencari tempat duduk.

Kegiatan psikoedukasi diawali dengan pembukaan yang dilakukan oleh kepala sekolah dengan memberikan informasi yang berkaitan dengan kegiatan siswa di sekolah, kemudian kepala sekolah memberikan sepenuhnya kepada fasilitator untuk melanjutkan acara. Pertama, dilakukan perkenalan terlebih dahulu dan penyampaian tujuan dari kegiatan yang dilakukan. Setelah itu, peserta yang hadir diminta untuk mengisi lembar *pre-test* yang sudah diberikan untuk mengetahui pengetahuan awal yang dimilikinya. Selama mengerjakan *pre-test* tidak ada pertanyaan yang diajukan dan peserta mampu mengerjakannya dengan baik.

Peserta kemudian diajak untuk menonton dua video terlebih dahulu yang berkaitan dengan *bullying* sebagai gambaran awal materi yang akan disampaikan selanjutnya. Selama menonton video, peserta terlihat memperhatikan dengan baik dan beberapa peserta lain terlihat membicarakan video yang sedang ditonton.

Setelah video selesai diputar kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi terkait *bullying*, pola asuh orang tua, dan PFA untuk *bullying*. Penyampaian materi berjalan dengan lancar. Peserta terlihat antusias dan kooperatif dan beberapa terlihat mengangguk merespon materi yang disampaikan.

Setelah selesai penyampaian materi, dilakukan diskusi dan tanya jawab. Ada tiga orang peserta yang mengangkat tangan untuk bertanya dengan masing-masing mengajukan pertanyaan yang berbeda, antara lain, “Bagaimana cara menyikapi anak yang

jarang bersosialisasi dengan teman-temannya dan cenderung lebih sering di rumah bermain *gadget*? Saat ditanya, anak enggan bermain keluar karena sering diganggu temannya,” “Bagaimana menghadapi anak yang sering keluar rumah dan sering protes jika diberi tahu?” dan “Bagaimana menghadapi dua anak yang umurnya berdekatan agar tidak bertengkar satu sama lain?” Ketiga pertanyaan yang diajukan sangat menarik dan memunculkan diskusi bagi peserta lainnya.

Diskusi dan tanya jawab berjalan dengan baik, kemudian lembar *post-test* dibagikan kembali pada peserta dan diminta untuk mengisi kembali setelah mendapatkan materi baru. Setelah itu, peserta diajak untuk merefleksikan dan mengevaluasi kegiatan yang baru saja dilaluinya dan hal-hal yang diperoleh selama kegiatan berlangsung. Peserta menyampaikan bahwa materi yang disampaikan membuat peserta lebih memahami tentang *bullying* dan lebih sadar terkait bahaya *bullying*. Selain itu, peserta juga mendapatkan ilmu baru tentang pentingnya dukungan psikologis awal untuk penanganan *bullying*. Di akhir sesi, dilakukan penutupan berupa pemberian stiker dan *leaflet* serta ucapan terimakasih kepada guru dan orang tua yang sudah datang mengikuti kegiatan dengan baik, serta melakukan foto bersama dan penyerahan *leaflet* ke perpustakaan agar dapat dibaca juga oleh pengunjung perpustakaan.

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* terlihat adanya peningkatan pengetahuan. Berikut adalah perbedaan skor pada *pre-test* dan *post-test* yang diberikan pada orang tua dan guru.

Tabel 6. Hasil *pre-test* dan *post-test* pengetahuan *bullying* orang tua dan guru

No	Nama	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	Keterangan
1	C1	5	6	Meningkat 1 skor
2	C2	5	6	Meningkat 1 skor
3	C3	5	6	Meningkat 1 skor
4	C4	5	6	Meningkat 1 skor
5	C5	4	5	Meningkat 1 skor
6	C6	6	6	Tidak ada peningkatan
7	C7	5	5	Tidak ada peningkatan
8	C8	5	5	Tidak ada peningkatan
9	C9	5	6	Meningkat 1 skor
10	C10	4	5	Meningkat 1 skor
11	C11	5	5	Tidak ada peningkatan
12	C12	6	6	Tidak ada peningkatan
13	C13	5	6	Meningkat 1 skor
14	C14	4	4	Tidak ada peningkatan
15	C15	5	5	Tidak ada peningkatan
16	C16	5	5	Tidak ada peningkatan
17	C17	5	5	Tidak ada peningkatan
18	C18	2	4	Meningkat 2 skor
19	C19	5	6	Meningkat 1 skor
20	C20	2	5	Meningkat 3 skor
21	C21	4	5	Meningkat 1 skor
22	C22	1	3	Meningkat 2 skor
23	C23	4	5	Meningkat 1 skor
24	C24	5	6	Meningkat 1 skor
25	C25	6	6	Tidak ada peningkatan
26	C26	5	6	Meningkat 1 skor
27	C27	5	5	Tidak ada peningkatan
28	C28	6	6	Tidak ada peningkatan
29	C29	5	5	Tidak ada peningkatan
30	C30	5	5	Tidak ada peningkatan
31	C31	5	5	Tidak ada peningkatan
32	C32	4	5	Meningkat 1 skor
33	C33	5	5	Tidak ada peningkatan

No	Nama	Pre-test	Post-test	Keterangan
34	C34	5	5	Tidak ada peningkatan
35	C35	5	5	Tidak ada peningkatan
36	C36	6	6	Tidak ada peningkatan
37	C37	4	5	Meningkat 1 skor
38	C38	4	4	Tidak ada peningkatan
39	C39	5	6	Meningkat 1 skor
40	C40	5	6	Meningkat 1 skor
41	C41	6	6	Tidak ada peningkatan
42	C42	6	6	Tidak ada peningkatan
43	C43	4	4	Tidak ada peningkatan
44	C44	6	6	Tidak ada peningkatan
45	C45	4	6	Meningkat 2 skor
46	C46	5	6	Meningkat 1 skor
47	C47	5	6	Meningkat 1 skor
48	C48	5	5	Tidak ada peningkatan
49	C49	4	6	Meningkat 2 skor

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat bahwa secara keseluruhan terjadi peningkatan pengetahuan terkait *bullying* yang dialami para orang tua dan guru. Hasil analisis uji *Wilcoxon* juga menunjukkan nilai $Z = -4.562$ dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hal tersebut menginterpretasikan bahwa adanya peningkatan pengetahuan pada orang tua dan guru terkait *bullying*.

Tabel 7. Hasil *pre-test* dan *post-test* pengetahuan tentang PFA pada orang tua dan guru

No	Nama	Pre-test	Post-test	Keterangan
1	C1	4	6	Meningkat 2 skor
2	C2	3	5	Meningkat 2 skor
3	C3	4	5	Meningkat 1 skor
4	C4	4	6	Meningkat 2 skor
5	C5	3	4	Meningkat 1 skor
6	C6	2	6	Meningkat 4 skor

No	Nama	Pre-test	Post-test	Keterangan
7	C7	2	6	Meningkat 4 skor
8	C8	3	4	Meningkat 1 skor
9	C9	5	6	Meningkat 1 skor
10	C10	3	5	Meningkat 2 skor
11	C11	3	6	Meningkat 3 skor
12	C12	3	5	Meningkat 2 skor
13	C13	3	6	Meningkat 3 skor
14	C14	2	4	Meningkat 2 skor
15	C15	1	2	Meningkat 1 skor
16	C16	5	5	Tidak ada peningkatan
17	C17	4	5	Meningkat 1 skor
18	C18	2	3	Meningkat 1 skor
19	C19	4	5	Meningkat 1 skor
20	C20	3	4	Meningkat 1 skor
21	C21	3	6	Meningkat 3 skor
22	C22	1	1	Tidak ada peningkatan
23	C23	4	5	Meningkat 1 skor
24	C24	3	6	Meningkat 3 skor
25	C25	4	5	Meningkat 1 skor
26	C26	2	6	Meningkat 4 skor
27	C27	2	5	Meningkat 3 skor
28	C28	3	5	Meningkat 2 skor
29	C29	5	5	Tidak ada peningkatan
30	C30	3	4	Meningkat 1 skor
31	C31	2	4	Meningkat 2 skor
32	C32	1	2	Meningkat 1 skor
33	C33	4	5	Meningkat 1 skor
34	C34	4	5	Meningkat 1 skor
35	C35	4	5	Meningkat 1 skor
36	C36	5	6	Meningkat 1 skor
37	C37	3	3	Tidak ada peningkatan
38	C38	3	3	Tidak ada peningkatan
39	C39	5	6	Meningkat 1 skor
40	C40	4	5	Meningkat 1 skor
41	C41	4	4	Tidak ada peningkatan

No	Nama	Pre-test	Post-test	Keterangan
42	C42	4	5	Meningkat 1 skor
43	C43	0	4	Meningkat 4 skor
44	C44	4	5	Meningkat 1 skor
45	C45	4	6	Meningkat 2 skor
46	C46	4	5	Meningkat 1 skor
47	C47	4	5	Meningkat 1 skor
48	C48	4	6	Meningkat 2 skor
49	C49	1	3	Meningkat 2 skor

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat bahwa secara keseluruhan terjadi peningkatan pengetahuan terkait PFA yang dialami para orang tua dan guru Hasil analisis uji *Wilcoxon* juga menunjukkan nilai $Z = -5.834$ dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hal tersebut menginterpretasikan bahwa adanya peningkatan pengetahuan pada orang tua dan guru terkait PFA yang efektif.

D. Kesimpulan

Berdasarkan pelaksanaan intervensi yang sudah dilakukan berupa psikoedukasi terhadap siswa, guru, dan orang tua, maka dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan intervensi berjalan lancar. Selain itu diketahui bahwa penerapan intervensi berupa psikoedukasi *bullying* dan *Psychological First Aid* efektif untuk meningkatkan pengetahuan para peserta terkait *bullying*, kepercayaan diri dan *Psychological First Aid*. Hal ini terlihat dari kecenderungan kenaikan skor dari hasil *pre-test* dan *post-test* yang dilakukan sebelum dan sesudah intervensi psikoedukasi dilakukan. Sebagian besar siswa setelah psikoedukasi dilakukan menjadi lebih mengetahui dan memahami tentang *bullying*, jenisnya, dampaknya, serta cara pencegahannya.

Siswa juga menjadi lebih sadar tentang bahaya *bullying* dan pentingnya menumbuhkan rasa percaya diri sehingga selalu tumbuh dan berkembang di kehidupan. Sebagian besar orang tua dan guru juga menjadi jauh lebih mengetahui dan memahami tentang *bullying*, peran pola asuh orang tua terhadap perilaku anak, dan pentingnya PFA untuk membantu menangani kasus *bullying*.

REFERENSI

- Amawidyati, S.A.G., & Muhammad, A.H. (2017). Program psikoedukasi bullying untuk meningkatkan efikasi diri guru dalam menangani bullying di sekolah dasar. *Intuisi*, 9 (3).
- Ariesto, A. (2009). *Pelaksanaan program anti bullying teacher empowerment program di sekolah*. Depok: Universitas Indonesia.
- Astuti, P. R. (2008). *Meredam bullying: 3 cara efektif mengatasi kekerasan pada anak*. Jakarta: Gramedia Widiaswara Indonesia.
- Baron, R. A., & Byrne. D. (2012). *Psikologi sosial jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Carson, V. B. (2000). *Mental health nursing: The nurse-patient journey*. Philadelphia: W.B. Saunders Company.
- Coloroso, B. (2007). *STOP BULLYING: Resep memutus ranting kekerasan anak dari pra sekolah hingga SMU*. Jakarta: Serambi.
- Desmita. (2010). *Psikologi perkembangan peserta didik (Panduan bagi orang tua, guru dalam memahami psikologi anak usia SD, SMP dan SMA)*. Bandung: PT. Rosda Karya.
- Everly, G. S., Phillips, S. B., Kane, D., & Feldman, D. (2006). Introduction to and overview of group psychological first aid. *Brief Treatment and Crisis Intervention*, 6(2), 130-136. <https://doi.org/10.1093/brief-treatment/mhj009>
- Jahja, Y. (2015). *Psikologi perkembangan edisi 2*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

- Jelita, N.S.D., Purnamasari, I. & Basyar, M. A. K. (2021). Dampak bullying terhadap kepercayaan diri anak. *REFLEKSI EDUKATIKA: Jurnal Ilmiah Kependidikan, Vol. 1 (2)*, 232-240
- KPAI. (2020). Sejumlah kasus bullying sudah warnai catatan masalah anak di awal 2020, begini kata komisioner KPAI (online). www.kpai.go.id.
- Nurlelah dan Mukri, S. G. (2019). Dampak bullying terhadap kesehatan mental santri. *Journal of Islamic Education, Vol. 3 (1)* 72-86
- Rigby, K. 2002. *New perspectives on bullying*. London: Jessica Kingsley.
- Suara Jogja. (2020). Viral, siswa SD di Jogja diduga jadi korban bullying hingga ususbernanah (online). <https://jogja.suara.com>.
- Supratiknya. (2011). *Merancang program dan modul psikoedukasi edisi revisi*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Tim Yayasan Semai Jiwa Amini (SEJIWA). (2008). *Bullying: Mengatasi kekerasan di sekolah dan lingkungan*. Jakarta: PT Grasindo.
- Tis'ina, N. A., & Suroso. (2015). Pola asuh otoriter, konformitas dan perilaku schoolbullying. *Jurnal Psikologi Indonesia, 4(2)*, 153-161.
- Tribun Jogja. (2019). 21% anak di Yogyakarta pernah mengalami perundungan(online). <https://jogja.tribunnews.com>.
- Veenstra, R., Lidenberg, S., Winter, A.F., Oldenhikel, A.J., Verhulst, F.C., Ormel, J. (2005). *Bullying and victimization in elementary schools: A comparison of bullies, victims, bully/victims, and uninvolved preadolescents*. *Development Psychology, 41.4*.672-682.
- Walsh, J. 2010. *Psycheducation in mental health*. Chicago: Lyceum Books, Inc.

Ragam Intervensi Psikologis

Berbasis Komunitas

Buku *Ragam Intervensi Psikologis Berbasis Komunitas* ini dapat menjadi gambaran berbagai permasalahan yang terjadi di masyarakat dari perspektif psikologi, seperti masalah kenakalan remaja, *stunting*, *bullying*, seks bebas, dan permasalahan kesehatan mental lainnya. Buku ini juga dapat menjadi pegangan dalam mengatasi permasalahan tersebut dari perspektif psikologi komunitas. Semoga buku ini dapat memberi manfaat bagi profesi psikologi maupun bagi masyarakat umum.

(Prof. Dr. M. Noor Rochman Hadjam, SU. , Guru Besar Psikologi Klinis)



ISBN 978-623-5635-96-5 (PDF)

