

## OPTIMALISASI KARAKTER RENDAH HATI INTELEKTUAL (INTELLECTUAL HUMILITY) DALAM PREVENSI BULLYING DI SEKOLAH

**Rohmatus Naini<sup>1)</sup>, Dian Ari Widyastuti<sup>2)</sup>, Arif Budi Prasetya<sup>3)</sup>, Diki Herdiansyah<sup>4)</sup>,  
Anty Kunanti<sup>5)</sup>, Nurul Hanifah Puteri<sup>6)</sup>, Khusnul Hanifah<sup>7)</sup>, Zulfatin Rahmahani<sup>8)</sup>**

<sup>1,2,3,4,5,6)</sup>Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Ahmad Dahlan,  
<sup>7,8)</sup> SMP Unggulan Aisyiah, Bantul  
*rohmatu.naini@bk.uad.ac.id.*

### Abstract

Bullying is a complex problem that affects many individuals and requires comprehensive efforts to prevent and overcome it effectively. It is important to address this issue from the perspective of both the perpetrator and the victim. Preventive and curative measures are needed to address this problem effectively. Therefore, a training program that aims to improve humble character as an anti-bullying program in schools is the right step. The training method used is the classical method or direct/face-to-face interaction through lectures, discussion and question and answer sessions. The training activities in this service agenda are divided into three stages, namely planning, implementation and evaluation. The results of this program show that training to increase the humble character has proven to be effective as an anti-bullying program in schools, although the results are not very significant. So follow-up efforts are needed to strengthen the results of this training program. The follow-up efforts that can be carried out by schools include forming an anti-bullying team, implementing an anti-bullying policy, forming social groups such as peer counselors, increasing parent participation, individual and group counseling.

*Keywords: intellectual humility, bullying, adolescence.*

### Abstrak

Bullying merupakan permasalahan kompleks yang menimpa banyak individu dan memerlukan upaya komprehensif untuk mencegah dan mengatasinya secara efektif. Penting untuk mengatasi masalah ini dari sudut pandang pelaku dan korban. Tindakan preventif dan kuratif diperlukan untuk mengatasi masalah ini secara efektif. Maka dari itu program pelatihan yang bertujuan untuk meningkatkan karakter rendah hati sebagai program anti-bullying di sekolah merupakan langkah yang tepat. Adapun metode pelatihan yang digunakan yaitu menggunakan metode klasikal atau interaksi langsung/tatap muka melalui sesi ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Kegiatan pelatihan dalam agenda pengabdian ini dibagi menjadi tiga tahap yaitu perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Hasil dari program ini menunjukkan bahwa pelatihan peningkatan karakter rendah hati terbukti efektif sebagai program anti-bullying di sekolah, walaupun hasilnya tidak terlalu signifikan. Sehingga upaya tindak lanjut sangat diperlukan untuk memperkuat hasil dari program pelatihan ini. Adapun upaya tindak lanjut yang dapat dilakukan oleh sekolah yaitu seperti membentuk tim anti-bullying, menerapkan kebijakan anti-bullying, membentuk kelompok sosial seperti konselor sebaya, meningkatkan partisipasi orang tua, konseling individu dan kelompok.

*Keywords: rendah hati intelektual, perundungan, remaja.*

## PENDAHULUAN

Sekolah memainkan peran penting dalam mendidik dan membimbing siswa menuju potensi penuh mereka dalam berbagai aspek perkembangannya, termasuk dimensi moral, spiritual, intelektual, emosional, dan sosial (Ansor & Pratiwi, 2022; Kamaluddin, 2011; Putra & Novelan, 2020; Ulfa & Syahrizal, 2016). Sehingga guru mempunyai tugas penting untuk menstimulasi pertumbuhan intelektual siswa dan menanamkan nilai-nilai, sikap, dan perilaku yang dapat bermanfaat bagi mereka dalam mengarungi masyarakat. Maka sekolah sudah seharusnya menyediakan lingkungan bagi siswa untuk belajar dan mengembangkan perilaku baru yang dapat berdampak jangka panjang pada kepribadian mereka dan cara mereka berinteraksi dengan orang lain di masyarakat (Aisyah, 2015; Octavia, 2020; Subianto, 2013). Namun salah satu masalah penting yang dihadapi sekolah adalah perundungan (*bullying*), yang dapat menyebabkan perilaku tidak pantas dan merugikan orang lain, dan kekhawatiran ini penting untuk diatasi.

*Bullying* merupakan jenis perilaku agresif yang disengaja dan terus menerus yang menasar individu yang menjadi korban perilaku tersebut (Agisyaputri et al., 2023; Irmayanti & Agustin, 2023; Sari & Azwar, 2018; Trisnani & Wardani, 2016). Dalam konteks pendidikan, khususnya di sekolah, *bullying* mengacu pada perilaku agresif berulang-ulang yang dilakukan oleh satu atau lebih siswa yang memegang kekuasaan atas orang lain, dengan tujuan untuk menyakiti atau menyusahkan korbannya (Coloroso, 2007). Coloroso (2007) menjelaskan bahwa perilaku *bullying* melibatkan dua pihak utama, yaitu

pelaku dan korban.

Beberapa penelitian menyoroti prevalensi *bullying* di Yogyakarta. Misalnya saja penelitian kualitatif yang dilakukan Waliyanti et al (2018) mengidentifikasi berbagai jenis perundungan yang umum terjadi di kalangan remaja di Yogyakarta, seperti perundungan verbal, fisik, relasional, dan cyber. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku *bullying* antara lain tekanan teman sebaya, kondisi lingkungan, riwayat *bullying*, media elektronik, dan kepribadian baik pelaku maupun targetnya. Waliyanti & Kamilah (2019) menemukan bahwa *bullying* dapat menyebabkan korbannya menghindari interaksi sosial, dan dalam beberapa kasus, dapat menyebabkan korbannya sendiri menjadi pelaku. Di sisi lain, pelaku *bullying* mungkin akan dihukum oleh sekolahnya dan mungkin ditakuti oleh teman-temannya. Penelitian lain yang dilakukan Ballerina & Immanuel (2019) menemukan bahwa tingkat *bullying* pada siswa SMP di Yogyakarta secara umum tergolong sedang, yakni sebesar 68,2%. Untuk mengatasi tantangan yang ditimbulkan oleh *bullying* di Yogyakarta, penting bagi sekolah, masyarakat, dan orang tua untuk bekerja sama mencegah dan menangani kasus penindasan.

Penelitian menunjukkan bahwa pelaku *bullying* sering kali mengalami keyakinan disfungsi dan pemikiran irasional bahwa mereka lebih kuat dari orang lain dan harus menunjukkan kekuatannya dengan menindas korban yang lebih lemah (Irmayanti & Agustin, 2023). Keyakinan ini seringkali diterjemahkan ke dalam tindakan, sehingga berujung pada tindakan *bullying*. Rasa superioritas yang muncul akibat *bullying* semakin memperkuat keyakinan di benak pelaku, sehingga berujung pada lingkaran keyakinan disfungsi dan perilaku maladaptif

(Khaira, 2023). Di sisi lain, korban *bullying* cenderung mengembangkan pikiran dan perasaan negatif setelah menjadi sasaran perilaku *bullying* (Irmayanti & Agustin, 2023). Korban merasa lemah, tidak berdaya, dan tidak layak dihormati. Akibatnya, mereka tidak melawan pelaku *bullying*, sehingga menyebabkan *bullying* berulang dan semakin memperparah masalah.

Sebagaimana bahwa masa remaja merupakan masa unik dimana individu menghadapi berbagai tantangan dalam proses transisinya, khususnya dalam hal perkembangan sosial dan moral. Sehingga fokus program pengabdian ini adalah pengembangan karakter remaja khususnya rendah hati. Kerendahan hati intelektual (IH) adalah bentuk kerendahan hati tertentu yang mendapat perhatian baru-baru ini dalam ilmu-ilmu sosial. Kerendahan hati dapat didefinisikan sebagai memiliki persepsi yang akurat tentang kemampuan dan keterbatasan seseorang (Tangney, 2000). Kerendahan hati intelektual, di sisi lain, mengacu pada persepsi seseorang terhadap pengetahuan, keyakinan, opini, dan idenya. Seperti kerendahan hati pada umumnya, kerendahan hati intelektual melibatkan penerimaan terhadap ketidaksempurnaan seseorang. Secara khusus, kerendahan hati intelektual melibatkan penerimaan keterbatasan dan ketidaksempurnaan kemampuan kognitif dan pengetahuan seseorang.

Kerendahan hati intelektual berpotensi mendorong pertumbuhan manusia dengan mendorong toleransi terhadap ide, kolaborasi, dan keterbukaan pikiran. Exline & Hill (2012) mengklasifikasikan kerendahan hati intelektual sebagai suatu kebajikan, yang berkaitan erat dengan moralitas tetapi memiliki dimensi intelektual.

Dalam pengertian ini, kerendahan hati dianggap sebagai kebajikan moral yang mendorong karakter baik, sedangkan kerendahan hati intelektual dapat diklasifikasikan sebagai kebajikan epistemik yang mendorong pengetahuan tentang apa yang baik atau buruk (Carter, 2013; Stafford, 2010). Dengan memupuk kerendahan hati intelektual, individu dapat mengembangkan pemahaman yang lebih akurat di sekitar mereka, yang mengarah pada pertumbuhan pribadi dan kemampuan untuk membuat keputusan yang lebih tepat.

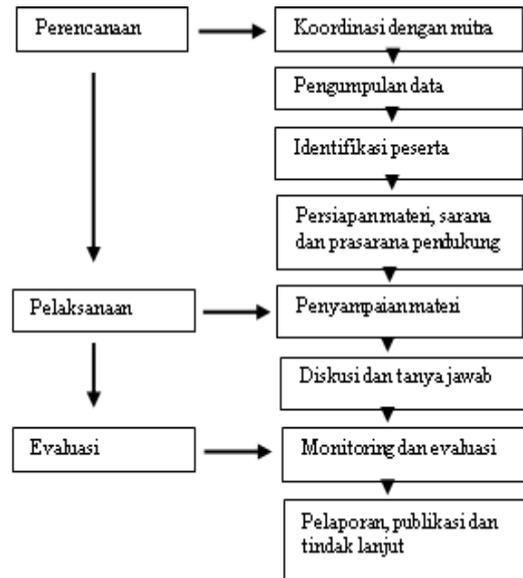
Seperti yang telah dibahas sebelumnya, *bullying* merupakan permasalahan kompleks yang memerlukan perhatian baik dari pelaku maupun korbannya. Mencegah dan mengatasi perundungan memerlukan pendekatan yang komprehensif dan interdisipliner. Mengingat meluasnya *bullying* di kalangan siswa, maka penting untuk mengatasi masalah ini melalui tindakan *preventif* dan *kuratif*. Untuk itu, tujuan dari program pengabdian ini adalah memberikan pelatihan peningkatan karakter rendah hati sebagai program anti-*bullying* di sekolah. Sasaran program ini adalah siswa-siswi SMP Unggulan Aisyah Bantul. Dengan mengedepankan kerendahan hati intelektual, program ini bertujuan untuk mendorong siswa agar lebih berpikiran terbuka, toleran, dan kolaboratif, yang pada akhirnya mengarah pada pengurangan perilaku *bullying* dan mendorong interaksi sosial yang positif di kalangan siswa.

## METODE

Program pelatihan peningkatan karakter rendah hati sebagai program *preventif* anti-*bullying* pada siswa dilaksanakan dengan menggunakan metode klasikal. Metode ini melibatkan

interaksi langsung atau tatap muka melalui sesi ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Pelatihan yang dirancang untuk siswa SMP Aisyah Bantul ini berfokus pada memberikan gambaran mengenai *bullying* dan bagaimana kerendahan hati dapat menjadi solusi efektif dalam permasalahan ini. Tujuan dari pelatihan ini adalah untuk membantu siswa meningkatkan karakter rendah hati dan memperkuat program anti- *bullying*. Dengan mengedepankan kerendahan hati intelektual, program ini bertujuan untuk mendorong siswa agar lebih berpikiran terbuka, toleran, dan kolaboratif, yang pada akhirnya mengarah pada pengurangan perilaku *bullying* dan mendorong interaksi sosial yang positif di antara siswa.

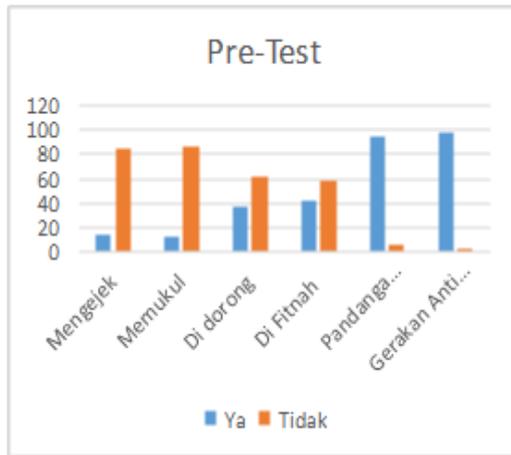
Kegiatan pengabdian ini dibagi menjadi tiga tahap yaitu perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap perencanaan, tim pelatihan bekerja sama dengan mitra di SMP Unggulan Aisyah Bantul untuk mengkoordinasikan program pelatihan, untuk lebih memahami kebutuhan peserta, tim pelatihan juga memberikan angket atau *pre-test*. Pada tahap pelaksanaan, tim pelatihan menyampaikan program pelatihan kepada siswa SMP Unggulan Aisyah Bantul. Pada tahap evaluasi, tim pelatihan menilai proses dan hasil program pelatihan. Evaluasi proses meliputi peninjauan materi pada akhir pelatihan, sedangkan evaluasi hasil berupa pemberian angket *post-test* untuk mengukur pemahaman siswa dan efektivitas program pelatihan. Tahapan program pelatihan dirangkum pada Gambar 1.



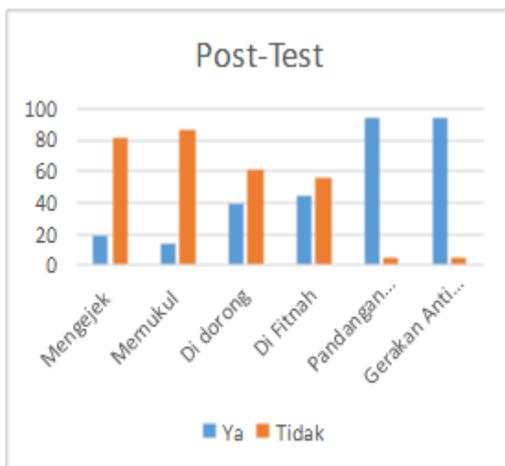
Gambar 1: Skema Pelaksanaan

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk mengukur keberhasilan program pelatihan, tim pelatihan membandingkan hasil *pre-test* dengan hasil *post-test* terhadap enam variabel: 1) mengejek, 2) memukul, 3) didorong, 4) difitnah, 5) sikap terhadap *bullying*, dan 6) perilaku anti-*bullying*. Hasil *pre-test* dan *post-test* disajikan pada Gambar 2 dan 3. Program pelatihan dikatakan berhasil jika terjadi peningkatan pada pemahaman dan sikap siswa terhadap *bullying*, serta peningkatan perilaku anti-*bullying*. Dengan mengukur keberhasilan program pelatihan, tim pelatihan dapat mengidentifikasi bidang-bidang yang menjadi kekuatan dan perbaikan, serta membuat penyesuaian yang diperlukan untuk memastikan bahwa program tersebut efektif dalam mencegah dan mengurangi *bullying* di sekolah.



Gambar 2. Hasil Pre-test



Gambar 3. Hasil Post-test

Analisis hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pemahaman dan sikap siswa terhadap *bullying*. Pada variabel mengejek misalnya, sebanyak 14 (18,4%) siswa menyatakan masih mengolok-olok temannya sebelum pelatihan, namun jumlahnya turun menjadi 11 (14,9%) setelah pelatihan. Demikian pula pada variabel memukul, 10 (13,2%) siswa melaporkan memukul temannya sebelum pelatihan, dan jumlah ini menurun menjadi 8 (10,5%) setelah pelatihan. Pada variabel didorong, sebanyak 30 siswa (39,5%) dilaporkan mendorong temannya sebelum pelatihan, dan jumlah ini menurun menjadi 28 siswa (37,8%)

setelah pelatihan. Pada variabel fitnah, sebanyak 34 siswa (44,7%) melaporkan memfitnah temannya sebelum pelatihan, dan jumlah tersebut menurun menjadi 31 siswa (41,9%) setelah pelatihan. Pada variabel pandangan/sikap mengenai *bullying*, hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan bahwa 72 siswa (94,7%) mempunyai pemahaman bahwa *bullying* dapat berdampak negatif terhadap kesehatan mental dan perilaku korbannya, sedangkan masih ada yang 6 siswa (5,4%) yang tidak mengetahui dampak negatif *bullying*. Terakhir pada variabel gerakan anti *bullying*, sebelum pelatihan terdapat 4 siswa (5,3%) yang tidak mendukung gerakan anti perundungan, namun jumlah tersebut menurun menjadi 2 siswa (2,7%) setelah pelatihan. Temuan ini menunjukkan bahwa program pelatihan ini efektif dalam meningkatkan sikap dan perilaku anti- *bullying* di kalangan siswa.

Analisis terhadap hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan bahwa program pelatihan yang dirancang untuk meningkatkan karakter rendah hati dan memperkuat program anti-*bullying* di sekolah sudah efektif, meskipun hasilnya tidak terlalu signifikan. Kerendahan hati telah dikaitkan dengan perilaku positif, seperti keberhasilan akademik dan peningkatan kinerja akademik (Owens et al., 2013), kualitas hubungan sosial (Peters et al., 2011), dan *generosity*. Meskipun penelitian mengenai pengembangan kerendahan hati masih terbatas, para peneliti menyarankan bahwa pendekatan kognitif berbasis *mindfulness* dan pendekatan yang berfokus pada solusi dapat digunakan sebagai intervensi untuk meningkatkan kerendahan hati, dengan landasan teori yang jelas mengenai atribut-atribut yang memengaruhi kerendahan hati. Dengan terus mengeksplorasi dan

mengembangkan intervensi efektif untuk meningkatkan kerendahan hati, konselor dapat mengurangi insiden *bullying* di sekolah, sehingga menghasilkan interaksi sosial yang positif dan meningkatkan kesehatan mental siswa.

Meskipun program pelatihan efektif dalam meningkatkan sikap dan perilaku anti- *bullying* di kalangan siswa, masih ada beberapa siswa yang dilaporkan terlibat dalam perilaku *bullying* atau menjadi korban *bullying*. Secara spesifik, 11 siswa (14,9%) melaporkan adanya ejekan, 10 siswa (13,5%) melaporkan memukul teman, 28 siswa (37,8%) melaporkan didorong oleh temannya, 31 siswa (41,9%) melaporkan menjadi korban fitnah dari temannya, 6 siswa (5,4%) tidak memiliki pemahaman tentang dampak *bullying* terhadap kesehatan mental, dan 2 siswa (2,7%) tidak mendukung gerakan anti-*bullying* di sekolah. Seperti yang telah dibahas sebelumnya, *bullying* merupakan masalah sosial kompleks yang dapat menimbulkan dampak negatif serius terhadap kesehatan mental dan fisik korban, serta kualitas hidup mereka di masa depan. Mengatasi perundungan memerlukan pendekatan komprehensif yang melibatkan berbagai faktor seperti lingkungan sekolah, keluarga, teman sebaya, dan faktor psikologis baik korban maupun pelaku. Oleh karena itu, upaya tindak lanjut sangat penting untuk memperkuat hasil program pelatihan ini dan untuk terus mempromosikan sikap dan perilaku anti-*bullying* di kalangan siswa.

Ada beberapa tindakan lanjutan yang dapat dilakukan sekolah untuk mengatasi perilaku *bullying*, antara lain membentuk tim anti-*bullying*, menerapkan kebijakan anti-*bullying*, membentuk kelompok sosial seperti konselor sebaya, meningkatkan partisipasi orang tua, konseling individu dan kelompok, (Irmayanti & Agustin, 2023). Intervensi sekolah terhadap perilaku

*bullying* sangat penting dalam mengurangi atau mencegah *bullying* di lingkungan sekolah. Namun intervensi sekolah terhadap perilaku *bullying* hanya bisa efektif jika dilakukan secara konsisten dan terkoordinasi dengan baik. Sekolah harus bekerja sama dengan orang tua dan siswa untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi semua orang di sekolah. Oleh karena itu, program pencegahan *bullying* harus diintegrasikan dalam pendekatan sistematis dan holistik, yang melibatkan siswa, staf, dan orang tua. Berkaitan dengan hal tersebut, peran psikolog dan konselor sekolah sangat penting dalam memberikan dukungan untuk memperkuat efektivitas program pencegahan. Melalui upaya yang konsisten dan terkoordinasi, sekolah dapat menciptakan lingkungan yang positif dan mendukung bagi siswa, yang dapat mengurangi insiden *bullying* serta meningkatkan kesehatan mental dan kesejahteraan semua siswa.

## SIMPULAN

Pentingnya kerendahan hati intelektual dalam mencegah perilaku *bullying* di sekolah terbukti efektif. Penelitian telah menunjukkan bahwa program pelatihan yang bertujuan untuk mengembangkan karakter rendah hati dapat memberikan kontribusi positif dalam mengurangi insiden *bullying*, meskipun dampaknya tidak selalu signifikan. Namun, untuk mencapai kerendahan hati yang bertahan lama untuk mencapai kesuksesan, penting untuk menindaklanjuti pelatihan tersebut dengan pendekatan yang komprehensif. Hal ini termasuk membentuk tim anti- *bullying*, menerapkan kebijakan anti- *bullying* yang ketat, dan membentuk kelompok sosial seperti konselor sebaya upaya ini sangatlah penting. Pendekatan

konseling individu dan kelompok juga harus diperkuat sebagai bagian dari strategi holistik. Meskipun program pelatihan karakter rendah hati dapat memberikan dampak positif, namun diperlukan upaya bersama dari berbagai pihak dan penerapan kebijakan yang kuat untuk menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan mendukung. untuk semua individu.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Agisyaputri, E., Nadhirah, N., & Saripah, I. (2023). Identifikasi fenomena perilaku bullying pada remaja. *Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 3(1), 19–30.
- Aisyah, S. (2015). *Perkembangan peserta didik dan bimbingan belajar*. Deepublish.
- Ansor, Z., & Pratiwi, V. (2022). Pengaruh Lingkungan Sekolah Terhadap Hasil Belajar IPA Siswa Kelas IV di MI Nurul Huda Gebangan Kecamatan Kapongan Kabupaten Situbondo Tahun Pelajaran 2017/2018. *Cendekia Pendidikan*, 1(1), 20–31.
- Ballerina, T., & Immanuel, A. S. (2019). Gambaran tindakan bullying pada siswa sekolah menengah pertama. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 3(1), 18–31.
- Carter, J. A. (2013). *The Inquiring Mind: On Intellectual Virtues and Virtue Epistemology*. Blackwell Publishers Ltd Oxford, UK and Boston, USA.
- Exline, J. J., & Hill, P. C. (2012). Humility: A consistent and robust predictor of generosity. *The Journal of Positive Psychology*, 7(3), 208–218.
- <https://doi.org/10.1080/17439760.2012.671348>
- Irmayanti, N., & Agustin, A. (2023). *Bullying dalam prespektif psikologi (teori Perilaku)*. Global Eksekutif Teknologi.
- Kamaluddin, H. (2011). Bimbingan dan konseling sekolah. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 17(4), 447–454.
- Khaira, W. (2023). Does Bullying Behavior Impact the Victim's Mental Health? *The Lunarian*, 1(2), 10–21.
- Octavia, S. A. (2020). *Motivasi belajar dalam perkembangan remaja*. Deepublish.
- Owens, B. P., Johnson, M. D., & Mitchell, T. R. (2013). Expressed Humility in Organizations: Implications for Performance, Teams, and Leadership. *Organization Science*, 24(5), 1517–1538. <https://doi.org/10.1287/orsc.1120.0795>
- Peters, A. S., Rowat, W. C., & Johnson, M. K. (2011). Associations between dispositional humility and social relationship quality. *Psychology*, 2(03), 155.
- Putra, P. H., & Novelan, M. S. (2020). Perancangan Aplikasi Sistem Informasi Bimbingan Konseling Pada Sekolah Menengah Kejuruan. *Jurnal Teknovasi*, 7(1), 1–7.
- Sari, Y. P., & Azwar, W. (2018). Fenomena bullying siswa: Studi tentang motif perilaku bullying siswa di SMP Negeri 01 Painan, Sumatera Barat. *Ijtimaiyya: Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam*, 10(2), 333–367.
- Stafford, S. P. (2010). Intellectual virtues in environmental virtue

- ethics. *Environmental Ethics*, 32(4), 339–352.
- Subianto, J. (2013). Peran keluarga, sekolah, dan masyarakat dalam pembentukan karakter berkualitas. *Edukasia: Jurnal Penelitian Pendidikan Islam*, 8(2).
- Tangney, J. P. (2000). Humility: Theoretical Perspectives, Empirical Findings and Directions for Future Research. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19(1), 70–82. <https://doi.org/10.1521/jsocp.2000.19.1.70>
- Trisnani, R. P., & Wardani, S. Y. (2016). Perilaku bullying di sekolah. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 1(1). <http://journal.upy.ac.id/index.php/bk/article/view/37/31>
- Ulfa, K. N., & Syahrizal, M. (2016). Perancangan Aplikasi Prediksi Jumlah Siswa Baru pada Yayasan Cerdas Murni menggunakan Exponential Smoothing. *JURIKOM (Jurnal Riset Komputer)*, 3(6).
- Waliyanti, E., & Kamilah, F. (2019). Bullying of adolescent in Yogyakarta: Responses and impacts. *JKKI: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 265–270.
- Waliyanti, E., Kamilah, F., & Fitriansyah, R. R. (2018). Fenomena perilaku bullying pada remaja di Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia (JIKI)*, 2(1), 50–64.